



vivamos juntos la Navidad

Papá Noel Cartero Real
Cuentos Canciones Automatas
Magia Infantil Chocolatada



C/ Barlovento 1
(Ctra. Pozuelo a TVE- Km. 5,8)
28223 Pozuelo de Alarcón (Madrid)

 **ZOCO**
POZUELO - SOMOSAGUAS
www.zocopozuelo.com



Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de Pozuelo de Alarcón. www.pozueloin.es



12



22



28

SUMARIO

Número 30 - Diciembre de 2014

04 – NO A LA VIOLENCIA DE GÉNERO **ACTUALIDAD IN**

El municipio organiza una serie de actividades para luchar contra la violencia de género.

12 – UNA ESCRITORA NOVEL **ACTUALIDAD IN**

Susana Cañal nos desvela los secretos de una escritora en el mundo de la literatura.

22 – ANTONIO FRAGUAS, FORGES **ENTREVISTA IN**

El humorista se pasea por nuestras páginas.

28 – ¿QUE VAS A CENAR ESTAS NAVIDADES? **RESTAURACIÓN IN**

Te recomendamos una serie de menús con los que no te vas a equivocar cuando agasajes a tus comensales.

44 – SONRÍE CUANDO HABLES, SIEMPRE HAY ALGUIEN QUE TE ESCUCHA **REPORTAJE IN**

Visitamos a una familia que ha tenido que aprender nuevas formas de comunicación y lo muestran... con su alegría.

48 – UNA ACTRIZ EN LOS ÁNGELES

La pozuelera Silvia Kal nos cuenta sus objetivos en la meca del cine.

50 – CÓMO IR EN CADA OCASIÓN **MODA IN**

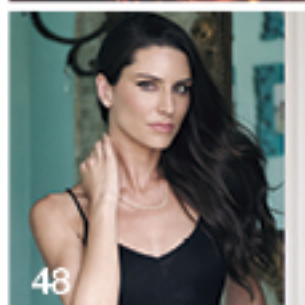
Consejos para ser la más atractiva de la fiesta.

55 – FIESTAS, FIESTAS Y MÁS FIESTAS **AGENDA IN**

Conoce todo lo que va a pasar estas navidades...



44



48



EDITA: Meiga Media S.L.

GERENTE: CARMEN MILLÁN DIRECCIÓN: LUIS CEREJO

COLABORADORES: LORETO GÓMEZ, JUAN MORANDEIRA, MARIÁN MARTÍNEZ VALLEJO, JOSÉ MANUEL GÓMEZ ALONSO Y ZULEMA GÓMEZ ALONSO

FOTOGRAFÍA: IVÁN JAQUES y JORGE ROSENVIÑE

DISEÑO Y ARTE: MIGUEL REDEL GÁMIZ

DTO. PUBLICIDAD: CARMEN RODRÍGUEZ-MILLÁN MOLINA y Mª TERESA HAERING PORTOLÉS

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA

www.pozueloin.es • redaccion@pozueloin.es

Apdo. Correos 279/28223 Pozuelo de Alarcón

PUBLICIDAD: publicidad@pozueloin.es • (+34) 616 64 90 11

DISTRIBUCIÓN GRATUITA POR BUZONEO - 16.000 EJEMPLARES

POZUELO IN no se responsabiliza de la opinión vertida en los artículos de sus colaboradores. Esta publicación no puede ser reproducida, distribuida, comunicada públicamente o utilizada con fines comerciales, en todo o en parte, sin la previa autorización del editor.



**POCERIA
SANECO**

24 horas

DESATRANCOS

MAESTRO POCERO
OBRAS Y ACOMETIDAS DE POCERÍA
LIMPIEZA DE ALCANTARILLADO
VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS
INSPECCIÓN DE TUBERÍAS CON CÁMARA TV
MANTENIMIENTO DE REDES
DE ALCANTARILLADOS



SERVICIO
24 H. • 365 DÍAS

91 715 29 25 - 609 23 43 43

C/ CALVARIO, 13
POZUELO DE ALARCÓN.



MALINA

Tango

CLASES DE TANGO ARGENTINO
Y BAILES DE SALÓN

Días 24 y 25 enero Curso Intensivo de Iniciación al Tango
(5 horas entre sábado y domingo)

INSCRIPCIONES: 654 941 783
www.tangomalina.com rmrem@tangomalina.com

No a la violencia de género

EL CONSISTORIO PROGRAMA UNA SERIE DE ACTIVIDADES PARA CONCIENCIAR A LA GENTE DE ESTE PROBLEMA QUE ATACA A LA SOCIEDAD



RÁPIDA ACTUACIÓN DEL 112. Los bomberos de la Comunidad tuvieron que sofocar el pasado mes de noviembre el incendio que se provocó en un vehículo en la confluencia de la avenida Cerro de los Gamos con la plaza de la Constitución (junto al parque Las minas). Los hechos ocurrieron el pasado 16 de noviembre y en cuestión de minutos (algo menos de diez desde que se produjo la llamada hasta que prácticamente extinguieron el incendio) sofocaron las llamas del vehículo. Cabe recordar que este pasado mes, los bomberos han realizado acciones preventivas en Pozuelo con motivo de la Semana de la Prevención de Incendios, con el objetivo de divulgar entre la población conocimientos que permitan reconocer los riesgos que pueden presentarse en los hogares, en los centros de trabajo u en el entorno más cercano, enseñándoles algunas de las pautas de prevención para evitar incendios y disminuir las consecuencias de estos, en caso de que se produzcan. **Ω**

Pozuelo dice no a la violencia. Este es el lema que se ha podido leer en una lona que había situada en la fachada del ayuntamiento. También hubo una suelta de globos tras guardar un minuto de silencio el Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, que se conmemoró el pasado mes. Con el objetivo de implicar al conjunto de la sociedad, el consistorio ha programado una serie de actividades en torno a este hecho. Una exposición de viñetas titulada "Apaguemos el Maltrato en la que se expusieron 24 obras con las que se denuncia toda expresión y todo tipo de violencia que se produce contra las mujeres. La campaña de sensibilización "Tu Selfie contra la Violencia de Género" es otra de las iniciativas puestas en marcha durante estos días y con la que los vecinos que participen, que deben ser mayores de edad, dejaron constancia de su rechazo hacia cualquier manifestación de violencia de género, a través de esta nueva modalidad de fotografía.

PROGRAMA MUNICIPAL DE VIOLENCIA, FAMILIA Y GÉNERO

Otro de las actividades, dentro del "Programa Municipal de Violencia, Familia y Género" es el Punto Municipal del Observatorio Regional contra la Violencia de Género de Pozuelo que presta una atención integral a las víctimas a través de un equipo compuesto por un coordinador, dos psicólogas,



una abogada, una trabajadora social y una educadora social. Así, ofrece una atención individualizada en ámbitos como el psicológico, jurídico y social, entre otros, y por él han pasado 402 mujeres desde 2011 hasta septiembre de este año. En este mismo periodo de tiempo, el Punto ha atendido a 78 menores y ha realizado el seguimiento de 95 medidas judiciales de protección o alejamiento. Para facilitar la labor de todos los profesionales, el ayuntamiento cuenta con un Protocolo de coordinación de la actuación en materia de Violencia de Género, que permite una respuesta más ágil y eficaz a las mujeres que sufren este tipo de maltrato. Además, existen otros dos Protocolos específicos de intervención ante casos de violencia hacia las personas mayores y hacia los menores. Desde el "Programa Municipal de Violencia, Familia y Género" también se coordina la Mesa Municipal contra la Violencia de Género y se llevan a cabo otras actuaciones como los grupos terapéuticos de apoyo psicológico, los cursos de autoprotección femenina o los de coaching para mujeres víctimas de violencia de género. En el ámbito de la prevención y sensibilización se llevan a cabo diferentes campañas de prevención como el programa "Por el buen trato" que se lleva a cabo en diferentes colegios del municipio y en el que ya han participado 621 alumnos de once colegios desde 2011. **Ω**



Confíe y contrate a DINTEL OBRAS

REFORMAS, REHABILITACIONES Y OBRA NUEVA



porque LA CONSTRUCCIÓN NO ADMITE UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD

DINTEL OBRAS Tel. 91 632 49 17 Móv. 619 25 80 16 www.dintelobras.es dintelobras@dintelobras.es

MEIGA MEDIA

y POZUELO IN

Les desean
Feliz Navidad



Meiga Media S.L.

Y PRÓSPERO AÑO NUEVO



MÁS QUE BASKET, UNA APUESTA POR EL DEPORTE PARA LOS MAYORES DEL MUNICIPIO. El consistorio ha puesto en marcha, junto a la Federación Española de Baloncesto y Mahou San Miguel, una iniciativa deportiva en la que las personas mayores de 65 años de Pozuelo (más de 12.000 personas) conozcan los beneficios de la práctica del deporte. En esta ocasión, son un total de 30 actividades las programadas en los distintos centros de mayores del municipio, que comenzaron con el citado programa Más que basket. Este programa incluye talleres formativos sobre hábitos de vida saludable y nutrición, que se unen a otras actividades dirigidas a ellos, en los tres centros de mayores municipales, con cerca de 2.500 plazas, de las que 1.200 son de gimnasia, taichi, pilates o yoga, entre otras. **Ω**

Disminuyen los robos en el municipio

EL MUNICIPIO TIENE UNO DE LOS ÍNDICES MÁS ALTOS DE SEGURIDAD DE LA COMUNIDAD

La seguridad en el municipio mejora cada año. Así lo demuestran los datos publicados por la Secretaría de Estado de Seguridad del Ministerio del Interior, que contribuyen a que el municipio siga contando con uno de los índices de seguridad más altos de la Comunidad de Madrid. En este informe se observa que los robos en domicilios han bajado en Pozuelo de Alarcón un 40,4% en los primeros nueve meses del año respecto al mismo periodo de 2013. Igualmente, han descendido en el municipio los delitos y faltas en un 7,8% durante el mismo periodo de tiempo.

Según este informe, que se ha realizado por Comunidades Autónomas, provincias, islas, capitales y localidades con población superior a 50.000 habitantes, los robos con violencia también bajaron en Pozuelo un 44,4%, en los primeros nueve meses del año y respecto al mismo periodo de 2013. Otra bajada significativa es la de los robos con fuerza, que supone un descenso del 17,8% y la de la delincuencia violenta, que desciende un 41%.

La sustracción de vehículos, los daños y hurtos en el municipio también han sido objeto de estudio en este informe que desvela una bajada del 17,5%, 12,4% y el 1,8%, respectivamente. **Ω**

CONCURSO DE PINTURA INFANTIL. Estas navidades, el Centro Comercial Equinoccio ha pensado en los más "peques" organizando un concurso de pintura infantil durante el periodo de sus vacaciones escolares. Desde el día 19 de diciembre hasta el 4 de enero podrán asistir y disfrutar de un espacio de pintura habilitado para la ocasión, y dibujar "su" Navidad.

Cada día se colgarán en la página de Facebook (www.facebook.com/equinoccio) los dibujos realizados en el Centro resultando un ganador de 4 pases anuales Multidiversión (Parque Warner o Parque de Atracciones + ZOO + Faunia) aquel dibujo que obtenga más "me gusta". Además, entre todos los participantes se sorteará una Tablet infantil.

El espacio de pintura infantil estará supervisado en todo momento por una monitora y se les facilitará a todos los participantes el material necesario, junto con un obsequio. El horario será de 17:30 horas a 20:30 horas.

Durante esos días contaremos con la visita de Papa Noel y un paje de los Reyes Magos para que todos los niños les puedan contar su carta y entregársela en persona. **Ω**



www.retrofoto.es
info@retrofoto.es
615 063 026

¡Grandes descuentos por volumen!
¡Servicios de recogida y entrega en domicilio!

Artesanía digiTal en iMagen

Recupera tus viejas fotos, negativos diapositivas, videos, películas de 8 y súper 8, etc y nosotros las pasamos a tecnologías actuales

Hacemos álbumes digitales, libros, tazas y pósters con tus fotos favoritas



Hofmann
Distribuidor Autorizado

Al aire libre

LOS FINES DE SEMANA HASTA FINAL DE AÑO ESTÁN LLENOS DE ACTIVIDADES FAMILIARES PARA DISFRUTAR EN EL PARQUE FORESTAL ADOLFO SUÁREZ

Juegos tradicionales, rutas a pie o en bicicleta, talleres... son algunas de las actividades que se pueden realizar los fines de semana de diciembre. Con el "Juego: el tesoro de Mochuelo", previsto para el día 6 y con ayuda de mapas y pistas, los participantes deben buscar un tesoro que les ha dejado "Mochuelo". El domingo 7, será el turno para la demostración de cómo funcionan diferentes artefactos gracias a la energía del sol, como pueden ser juguetes, linternas o bombas de agua. Además, se asarán castañas con el calor de hornos solares y parabólicos. Y para finalizar ese fin de semana, se ha programado una ruta en bici eléctrica, el día 8. La recolección de piñas para realizar eco adornos navideños y la plantación de árboles singulares en una zona del parque, son las actividades para disfrutar los días 13 y 14 de diciembre.



Los días 20 y 21 de diciembre se celebrarán las actividades "Adiestramiento canino: agility" y "Educando a mi perro: disc dog", en las que se realizarán diferentes demostraciones. La práctica de técnicas de relajación con "Chi Kung: relajarnos en la naturaleza" se celebrará el 24 de diciembre y las actividades continuarán el día 27 con "El cosmos y los ritmos vitales: proyección en el planetario", en la que se

realizará un paseo por el parque para conocer la relación del universo con la naturaleza y finalizará con una proyección en el planetario. El domingo 28, se celebrará otra ruta en bici eléctrica y el ciclo finalizará con el taller de pintura "Pintando el paisaje navideño". Todas las actividades comenzarán a las 11:30 horas y es necesaria la inscripción previa en www.pozuelodealarcon.org Ω

ITV en Boadilla del Monte

Calle Alpedrete, parcela E-12
Pol. Industrial Ventarros del Cano
28925 Alcorcón
madrid@oca.itv.com

Descuento
16€

55,95€
39,95€

Vehículo
Diésel

Descuento
10€

39,95€
29,95€

Vehículo
Gasolina

Descuento
6€

35,99€
29,99€

Motocicleta

oca itv



2 882 01021 406

Puede reservar cita previa hoy mismo en

☎ 91 372 40 50

🌐 www.oca.itv.com



Pasamos su ITV mientras le invitamos a un café en nuestra confortable sala de espera con prensa y TV

Descuento válido únicamente en OCA ITV para inspecciones periódicas de turismos (M.M.A. < 3.500 Kg), ciclomotores y motocicletas. Oferta no acumulable con otras promociones. Válido hasta el 31/12/2014

Recorte y entregue este cupón y disfrute de uno de los tres siguientes descuentos

Navidades para todos

POCOS DÍAS SON LOS QUE NOS QUEDAN EN EL CALENDARIO DE 2014. UN AÑO NUEVO LLEGA Y LO DESPEDIREMOS COMO LOS ANTERIORES. LA TRADICIÓN MARCA QUE CANTAREMOS VILLANCICOS, QUE COMEREMOS TURRÓN Y QUE DISFRUTAREMOS CON LAS LUCES NAVIDEÑAS O CON EL ÚLTIMO ADIÓS AL AÑO QUE SE VA.

Además, el municipio se llena de actividades para que grandes y pequeños pasen estos días divirtiéndose (ver programa en página 55). Para los más jóvenes, se han preparado una programación con la que no dejarán de hacer cosas: El CUBO Espacio Joven ha creado unas sesiones independientes de cursos monográficos. El requisito es que recojas las invitaciones al curso 30 minutos antes de cada sesión. Los cursos previstos son de **Retoque básico de fotografías**, los días 22, 26 y 29 de diciembre, 2 y/o 5 de enero; para los días 22, 23, 26, 29 y 30 de diciembre, 2 y/o 5 de enero, podrás practicar **Pilates, Bailes Latinos, Fitness Colombiano, Baile moderno, Teatro en inglés, Risoterapia**. Lo que es importante es que te enteres bien de los horarios en cada uno de los cursos que te interese.

Para los días 23 y 30 de diciembre las actividades previstas son las de **Actualización y mantenimiento básico de tu pc y la de Caricaturas**.

ESPECTÁCULOS FAMILIARES

La familia también tiene su espacio para estas fechas con actuaciones casi todos los días desde el lunes 22 hasta el domingo 4 de enero. Los horarios son de mañana (12:30 horas) y tarde (18:00 horas). Las invitaciones para estos espectáculos se deberán retirar una hora antes en Conserjería, con un máximo de cuatro por persona.

Obras de teatro, magia, títeres o música se podrán ver en el Espacio Cultural Mira y el auditorio Voltorno. El lunes 22 será la compañía **El Retablo** quien interprete con títeres la obra **Animales** en el MIRA, mientras que se podrá ver en el Voltorno la obra de teatro **Simbad el**



marino representada por **Maracaibo Teatro**. **Pulgarcito** en el Mira y **Teatras** en el Auditorio Voltorno se interpretarán el martes 23.

El lunes 29 los títeres de la compañía **Angeles de trapo** representarán **El Sr. Scrooge**. **Cuento de Navidad** y **Ferro Teatro** pondrá en escena la ópera familiar **El cascanueces**.

El Mira acogerá el martes 30 los títeres de **Teatro Arbolé** con **La isla del tesoro**; el viernes 2 el espectáculo de magia **El espejo supermágico** de **Kayto y Manuel Vera**. Para el sábado 3 está prevista la representación de **El patito feo**, a cargo de **La Carreta Teatro** y el domingo 4, **Concertando** interpretará **La extraña medicina del rey**.

Por su parte, el Auditorio Voltorno recibirá el martes 30 a **Los Gabytos**, que harán un espectáculo musical. Ya el viernes 2, podremos ver la obra de teatro **El profesor Barellis**, de **Conga Teatro**. Continúa el sábado 3 la compañía **La Gotera de Lazotea** con **El molinillo mágico** y cierra el domingo el espectáculo de magia a cargo de **Manuel Vera y Manuel Medina**. Ω



Invitación al XX Concierto:

“Música en Navidad”
de la
Coral St. Michael's

en la
Basílica de San Francisco El Grande
12 de diciembre
20:00 horas

Feliz Navidad – Merry Christmas
St. Michael's School

www.stmichaelschool.es



Porque sabemos
el **VALOR** de tu
sonrisa...

TE OFRECEMOS

Las ventajas de la **ortodoncia invisible**

Carillas de porcelana y composite

Blanqueamientos ...

Llámanos
sin compromiso
91 5183345

clínica **alonso**
Dr. J.L. Alonso Berrojo

C/ Solano, 28 1º B · 28223 Pozuelo de Alarcón Madrid
info@clinicaalonsoberrojo.com · **www.clinicaalonsoberrojo.com**

Premio a la solidaridad

LA ONG DEPORTE Y ARTE SOLIDARIO RECIBIÓ EL IX PREMIO INTERNACIONAL A LA SOLIDARIDAD EN EL DEPORTE 2014



Nuevos modelos de cooperación en África como la construcción de huertos, escuelas, y pozos en poblaciones remotas para dotar a miles de personas de agua potable, entre otros, han sido los motivos por los que la ONG de Pozuelo Deporte y Arte Solidario ha recibido el Premio Internacional a la Solidaridad en el Deporte en su novena edición. El galardón tiene como misión principal distinguir aquellas iniciativas cuyos logros constituyen un ejemplo de valores solidarios para la juventud y que gracias al esfuerzo, al valor y a la generosidad, ayudan a resolver los problemas de pobreza, injusticia, hambre, abandono, discriminación, enfermedad e ignorancia, especialmente entre la infancia.

Esta ONG, presidida por Pablo Bohórquez, realiza una amplia labor humanitaria en el Chad, país que vive bajo una dictadura y es actualmente el tercero más pobre del mundo, el de peores estadísticas sanitarias y uno de los más corruptos según la ONU. A eso se suma la guerra de sus dos países vecinos: la República Centroafricana y Sudán.

Los proyectos de Deporte y Arte Solidario abarcan numerosos frentes: la construcción de huertos, escuelas, y pozos en poblaciones remotas para dotar a miles de personas de agua potable, la creación de microempresas para mujeres, el apoyo a hospitales de caridad en comunidades estimuladas mediante el deporte a la participación social, la alimentación de miles de niños, la realización de campañas de sensibilización en países ricos, etc.

El origen de esta ONG se produjo cuando Pablo Bohórquez regresó de uno de sus viajes humanitarios por África. Allí vio que era necesario un nuevo modelo de cooperación y decidió crear Deporte y Arte Solidario para ayudar a los más necesitados, aquellos que muchas veces están en países de difícil acceso por conflictos armados, ser dictaduras o por no ser de interés prioritario para la cooperación internacional. Esta es una ONG sin sede, ni empleados, formada solo por voluntarios y en la que el 100% de los fondos con los que cuentan provienen de campañas de sensibilización y son destinados en su totalidad a proyectos de alto impacto social, dirigidos por misioneros y ejecutados por las comunidades locales.

El resultado, en palabras de Bohórquez es que "en unos pocos años, Deporte y Arte Solidario se ha consolidado como un referente en cooperación que se resume en que la fuerza para cambiar el mundo está en el corazón de los niños, nosotros simplemente ponemos en contacto los de países privilegiados con los de países pobres, para que al conocerse, surja el hermanamiento, el sentir que es por suerte que cada uno ha nacido en un determinado sitio, ese mismo sentimiento intentamos que surja entre colegios europeos o americanos ricos y escuelas africanas pobres, entre multinacionales y microempresas de poblados remotos, entre ejecutivos y misioneros. Se trata de un aprendizaje constante y de nosotros mismos a través de los demás".

¿TIENES UN PEQUEÑO ACTOR O ACTRIZ EN CASA?

CLASES DE:

- TEATRO INFANTIL
- INICIACIÓN AL CINE
- INTERPRETACIÓN ANTE LA CÁMARA
- PREPARACIÓN PARA AUDICIONES Y CASTINGS

NIÑOS, JÓVENES Y ADULTOS

CONTACTO: BEATRIZ, ACTRIZ LICENCIADA EN COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL, COACH DE ACTORES Y PROFESORA DE INTERPRETACIÓN

+34 637 257 257 - TUESCUELADECINE@GMAIL.COM



ContigoDos

Cuidados de Atención Personal, Doméstica, Social, de Apoyo Psicológico y Rehabilitador, a Mayores y Dependientes en su Domicilio

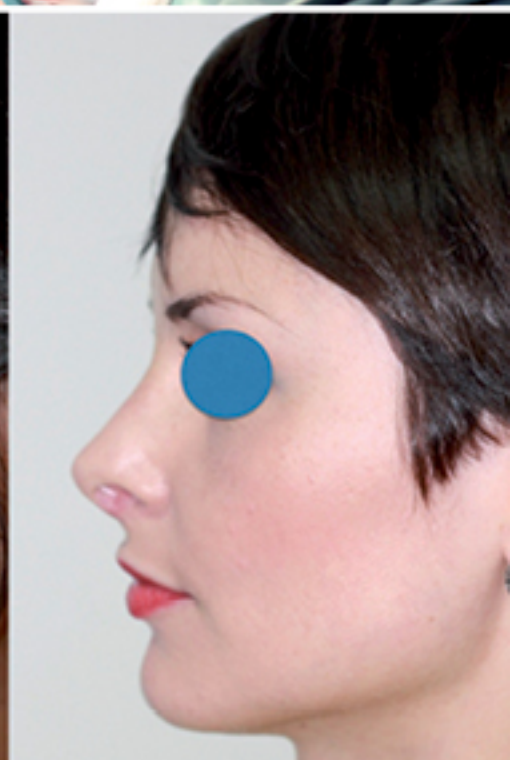


722351553
649217305

email: sad@contigodos.com
www.contigodos.com

DR. JIMÉNEZ BELLINGA

RINOPLASTIA. LA CLAVE PARA UNA CARA HERMOSA




La rinoplastia es la cirugía estética solicitada con más frecuencia para embellecer la cara y debe ser realizada por un cirujano experimentado y cualificado. El objetivo de la rinoplastia es la creación de proporciones estéticas para embellecer el rostro, teniendo siempre en cuenta las proporciones individuales de cada cara.

El Dr. Jiménez Bellinga y su equipo trabajan

con la máxima responsabilidad sobre tu cuidado, priorizando ante todo tu seguridad y bienestar, y con el objetivo principal de proporcionarte el mejor tratamiento y óptimo resultado.

Mediante el empleo de las más avanzadas técnicas de cirugía mínimamente invasiva y de anestesia local tumescente podemos lograr modificar de una forma segura y definitiva la forma de tu nariz, obteniendo así un proceso totalmente ambulatorio e indoloro, sin

necesidad de recurrir a anestesia general, intubación ni hospitalización.

Con ello también conseguiremos un postoperatorio más confortable, sin necesidad de taponamiento nasal, ni aparatosas escayolas. Solamente mediante un perfecto conocimiento de la anatomía de la cara y un entrenamiento específico en la cirugía del esqueleto facial y de las partes blandas se logra un manejo apropiado de la estética nasal y de la armonía facial. 



CLÍNICA GARCILASO, MADRID: 915 933 785

MARBELLA HIGH CARE INTERNATIONAL HOSPITAL, MARBELLA, MÁLAGA: 952 898 842

HC
marbella

SUSANA CAÑIL

FRESCO Y ORIGINAL Y, SOBRE TODO, CON LA PERSPECTIVA CAMBIADA. AH, Y CON UNA LITERATURA MUY CUIDADA, CASI EXQUISITA. ASÍ ES *ESPÉrame EN PARÍS*, LA OPERA PRIMA DE LA POZUELEIRA SUSANA CAÑIL, EDITADO POR TOMBOOKTÚ Y QUE SE HA CONVERTIDO EN UN ÉXITO DE VENTAS. LA AUTORA SE MUESTRA MUY ORGULLOSA DE SU NOVELA, QUE ESTÁ GUSTANDO TANTO A HOMBRES COMO MUJERES



El libro no sólo fue un sueño cumplido, sino que fue todo un reto para Susana, una mujer con las ideas claras. A ella, tras pasar diez años trabajando como mano derecha de una conocida diseñadora de moda, la crisis le dejó sin trabajo. Fue cuando decidió escribir. El resultado: una novela que, aunque ambientada en el mundo de la moda que tanto conozco, extiende su argumento a temas muy actuales como la importancia de la amistad, la fragilidad de las relaciones personales hoy en día y el acoso laboral, además del inevitable pero a la vez importante, amor. Pero con otra perspectiva. En lugar de plantear un triángulo amoroso en el que hay un hombre y dos mujeres, el lector encontrará a una mujer con dos hombres. Real, sin duda, aunque con los prejuicios de la sociedad, difícil que se vea...

SIEMPRE LO TUVO EN MENTE

Con tres niños y un trabajo con unos horarios muy apretados, a Susana nunca le había dado tiempo a plantearse realmente ejecutar su sueño: escribir. "Siempre a la carrera. Imposible. Y en un momento de mi vida me encontré en paro. Soy una persona inquieta, con la necesidad de estar haciendo cosas, pero sin nada que hacer. En ese momento decidí que iba a escribir", nos cuenta Susana. Su perfil de twitter dice que está persiguiendo sueños. Ella quería demostrarse a sí misma que podía hacerlo. Pero no solo a ella, sino a mucha de la gente que le rodea. Tenía muy poco apoyo y había que dejar claro que podía hacerlo. Lo tenía claro, aunque nos señala que no ha sido un camino de rosas: "había veces que quería tirar la toalla, pero solo me duraba 24 horas. Luego volvía a escribir". Sin tener ninguna experiencia en el mundo literario

y menos aún en el editorial, se fue a la feria de las editoriales y les presentó su obra. Una semana después le llamaron dos. Se decidió por Tombooktú porque fue la primera que creyó en ella en forma de contrato. Susana lo explica muy fácil: "una escritora novel no puede desperdiciar las oportunidades que se le presentan. Si la editorial me pone un contrato por delante, no lo podía dejar pasar".

CON LOS PIES EN EL SUELO

Susana empieza a ver cómo es el mundo en el que se ha metido. Ya tiene su primera novela en la calle y con muy buen nivel de ventas en un año en el que la Confederación Española de Gremios y Asociaciones de Libreros (CEGAL) acaba de anunciar la caída de las ventas, que llega al 7,4%, en las ventas de libros y un 4,2% en el número de ejemplares vendidos, respecto al mismo trimestre del año anterior.

Sabe que "de esto viven cuatro personas". Ella lo hace porque "me gusta y me sale de dentro", asegura y continúa "y para vender, claro. Ahora que llegan las navidades, *Espérame en París* es un magnífico regalo para tus amigos o familiares. Además, es una historia que puedes leer en cualquier momento". La novela se puede comprar no solo en las grandes superficies, sino también a través de internet.

La novela la catalogaron como *chick-lit*, un término para definir como romántica y destinada a un público femenino de entre 20 y 30 años. Quien la lea descubrirá una novela cercana, costumbrista, con ritmo, grandes descripciones y con un final que siempre sorprenderá. Quizás, por eso, no es lo más

acertado ese encasillamiento.

Hay amigos, amigas, familia, celos, pero lo que centra la novela es el amor, "el que todos tenemos por lo que nos rodea. No es solo el físico entre personas, que también está, sino que ves el que la protagonista tiene por sus amigas —esas que nunca fallan—, por sus hijos... Eso lo tenemos en el día a día", explica Susana, quien añade que "también he querido transmitir un poco de tranquilidad en este mundo en el que vivimos en el que hay que ir deprisa para todo. No hay que ir corriendo a todas partes", concluye.

Entiende que hay que darle un poco de pausa a la vida, pero ve que la gente quiere todo de forma inmediata. Si no lo consiguen, se aburren. Eso es lo que se ve reflejado en *Espérame en París*.

CRÍTICAS, MÁS CRÍTICAS, PERO BUENAS

Una de las cosas que más satisfacción le da a Susana es que en ninguna de las críticas que ha recibido su primera novela es "que nadie, nadie ha dicho que está mal escrita", señala orgullosa. Además, estas son siempre positivas y "muchas de ellas de hombres, que son quienes más me leen", nos cuenta con satisfacción Susana. Además, otro de los atractivos que podrá encontrar el comprador de esta novela es la oportunidad que tiene de comprar un recopilatorio de las mejores canciones francesas que fueron éxito en España. Fue una idea que llevó a cabo con un gran amigo suyo, Miguel Ángel Sánchez, propietario de una pequeña discográfica, Discos Lolipop. "Cuando se lo contamos a la editorial, nos dijeron que ok, que adelante con el proyecto", nos cuenta Susana.



POZUELO


Fuerte, generosa, entusiasta, optimista. Susana es una mujer que desprende mucho ánimo cuando conversas con ella. Cualquiera que la encuentre por las calles del municipio debería acercarse a ella para que se le pegue ese optimismo, esa pausa que da en la conversación. Quizá sea por haber dejado el estrés de un trabajo que no le llenaba o por el lugar donde vive, donde se encuentra encantada. "Ahora no me iría a ningún otro sitio y eso que, cuando llegué aquí, no había casi árboles".

Le gustan los sitios donde pueda estar tranquila y estar rodeada de sus amigas y en esta ocasión, la entrevista la hacemos en uno de los sitios que más le gustan: Sabor a Tè y Café, un coqueto lugar en la avenida de Europa donde también puedes encontrar su libro a la venta.

Asegura que aquí tiene una tranquilidad que no va a encontrar en ningún otro sitio y que, como lectora empedernida que es (lee entre tres y cinco libros al mes), le encanta la idea de que haya tantas bibliotecas municipales en el municipio.

NUEVO PROYECTO

Mientras *Espérame en París* aparece como el libro más vendido en su categoría en la tienda on-line de Amazon, la más importante de venta digital (todo un éxito para una novel), Susana ya está inmersa en la promoción de la novela en los medios de comunicación y en la elaboración de su segunda novela, "en la que se podrá descubrir una gran evolución en mí como escritora", asegura. La historia en sí también es distinta, aunque tiene como protagonista, de nuevo, a una mujer, aunque con características distintas.

Mientras tanto, Susana, que no para de hacer cosas, trabaja en la radio. Concretamente en Radio Libertad (107.0 del dial). Su programa, *Amos de casa*, se emite los domingos de 11:00 a 13:00 horas. 

MERRY
CHRISTMAS!

· ESCUELA INGLESA ·

Garantía de éxito en el aprendizaje

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN CURSO 2014-2015

- Preparación de exámenes de Cambridge (KET, PET, FCE, CAE, Proficiency, IELTS), TOEFL, TOIEC
- Cursos intensivos de perfeccionamiento
- Clases específicas de exámenes de inglés de centros escolares y universitarios
- Cursos para niños a partir de 3 años
- Cursos intensivos de conversación y pronunciación
- Escuela de Mayores
- Cursos intensivos de inglés en el extranjero



C/ Benigno Granizo, 7
28224 Pozuelo de Alarcón
Telf. 910176239 / 620354305
escuelainglesa@yahoo.com
www.escuelainglesa.es



UNIVERSITY OF
CAMBRIDGE

ETS TOEFL

VIA T mobe

Fórmula Fácil

Consigue tu

ViaT por:

0€



Pagotelia.com

La alegría de regalar

ÉXITO DE PARTICIPACIÓN EN LA II CARRERA "UN JUGUETE, UNA ILUSIÓN"



Cerca de 1.500 participantes corrieron el pasado mes con un objetivo: conseguir recaudar dinero para enviar juguetes a los niños más necesitados. La iniciativa, en su segunda edición, está organizada por la Fundación Crecer Jugando, RNE y el Ayuntamiento, y forma parte de la campaña "Un juguete, una ilusión" para la recaudación de fondos que se destinarán a enviar juguetes a niños de España, África y América Latina.

El dinero recaudado con las inscripciones a la carrera, sumado a la venta de los bolígrafos solidarios y el "Dorsal Solidario", servirá para el envío de juguetes nuevos a los niños. De hecho, la carrera del año pasado contribuyó a que se pudieran enviar más de 500.000 juguetes nuevos, que se repartieron en Navidad.

Todos se divertieron en una jornada en la que los adultos contaron con la opción de elegir entre dos recorridos: el de 5 km o el de 10 km. Los más pequeños también pudieron participar en esta edición, para la que se organizaron dos recorridos: uno, de 620 m. para los niños de ocho a 13 años, y otro, de 275 m. para los menores de ocho años. Además, la jornada contó con diferentes actividades de animación así como de sesiones de zumba a cargo de la instructora Cristina del Río, que sirvieron para el calentamiento antes de la realización de las pruebas.

Durante la jornada, la alcaldesa destacó que "para el Ayuntamiento es un placer acoger de nuevo esta carrera en nuestra ciudad porque compartimos la creencia que todos los niños, independientemente de su situación y lugar de nacimiento, tienen derecho a jugar y disfrutar de su infancia", señaló.

Cinco años de cuentos con corazón



Cuando finalice el curso escolar, la Asociación CEN con C tiene previsto publicar su libro de cuentos número 125, una apuesta personal de su fundadora, María Jesús Jerez, que comenzó hace cinco años.

El objetivo por el que ha funcionado esta asociación desde sus inicios es el crear unas "Hadas Madrinas" que sirvan de puente entre los niños autores de cuentos y las causas solidarias o fundaciones con las que deciden colaborar.

El último que acaba de editar y presentar a sus autores es en CEIP Príncipes de Asturias, justo en el lugar donde comenzó su andadura. Allí, de nuevo, se ha invitado a los jóvenes autores a pensar sobre sus ideas y emociones, sobre sus anécdotas y sueños, y que lo compartan escribiendo un cuento.

Una de los principales objetivos de esta asociación es que los pequeños lleguen a comprender que su esfuerzo sirve para ayudar a los demás y que sea valorado por su entorno. Algo que está claro que ha conseguido y que lo seguirá haciendo, después de haber editado tantos cuentos con tan buena causa.



PSICOLOGÍA APLICADA

Adultos, adolescentes y niños

TRATAMIENTO DE TODO TIPO DE PROBLEMAS PSICOLÓGICOS

M^{ra} CARMEN GONZÁLEZ BRAVO (COL.: M-24105)

Móvil: 689 980 856

PRIMERA CONSULTA GRATUITA

www.lapopsicologos.com

Boadilla del Monte

Pozuelo de Alarcón

www.pozueloin.es

Consulte toda la información local en cualquier momento y en cualquier lugar



¿POR QUÉ APRENDER O PERFECCIONAR ALEMÁN? RAZONES PARA ESTUDIARLO EN EL PRÓXIMO AÑO

Desde la Academia de Alemán Sprachschule Drebing, centro de enseñanza del idioma alemán y del idioma español para extranjeros, situado en el Foro de Somosaguas de Pozuelo de Alarcón, nos explican algunas de las razones por las que aprender uno de los idiomas que más interés ha suscitado este año que ya finaliza.

Monica Drebing, alemana afincada hace años en nuestro país, es la directora de esta Academia y nos cuenta como "El idioma alemán cada vez está más considerado en el ámbito empresarial, ya que muchos de los trabajadores, ejecutivos y directivos de Pozuelo, de áreas como la Finca, y de varias otras zonas de Madrid acuden a sus aulas para perfeccionarlo." Asimismo en la Academia realizan traducciones Deutsch-Español-English, también juradas y llevan funcionando ya 7 años. Esto hace que recurran a ellos muchas empresas, además de los alumnos.

Monica Drebing, además es Licenciada en Pedagogía, por lo que también imparten cursos a niños

y jóvenes de la forma indicada. La directora afirma que: "El alemán estructura la mente si se aprende desde niño o joven y fomenta la capacidad de aprender otros idiomas."

En la actualidad, multitud universitarios están dando prioridad a este idioma, ya que, como ejemplo, las principales marcas de coches fabrican sus automóviles en Alemania, por lo que se ha convertido en una de las prioridades para las carreras de ingenierías, Marketing o ADE, entre otras.

Asimismo, el alemán es esencial para trabajar en los organismos de la Unión Europea y muy valorado para mantenerse en contacto con los mismos, por lo que para los estudiantes de Relaciones Internacionales y otras disciplinas, también resulta un conocimiento muy valioso e interesante.

El método Drebing, debido a su sencillez y su planteamiento diver-

tido y entusiasta, resulta eficaz y motiva a alumnos de todas las edades. Esto explica la acogida que ha recibido la Academia desde los niños hasta personas jubiladas que disfrutan aprendiendo esta lengua germánica, ya que ayuda a mantener la memoria y la actividad mental.

Desde la Academia Sprachschule Drebing quieren agradecer a sus alumnos su colaboración este año ¡Y esperan recibir muchos nuevos alumnos en el próximo!

Sprachschule Drebing - Academia de Alemán y Español para extranjeros



Tel: 635 581 604 sprachschuledrebing@gmail.com
Edif. Foro de Somosaguas Ctra. Carabanchel s/n (M-502, km 5.6)
1ª Planta Local 27-28 Tren Ligero Somosaguas Sur 28223 Pozuelo de Alarcón

FRÖHLICHE WEIHNACHTEN! ¡FELIZ NAVIDAD! ¿ESTÁS PENSANDO APRENDER O MEJORAR ALEMÁN?

Wir wünschen Euch das Beste zu diesem Weihnachtsfeste, mit wunderbaren Sachen, die Euch viel Freude machen!

¡Os deseamos Felices Fiestas y que el próximo año se cumplan todos vuestros deseos!

Te recordamos que en nuestra Academia



enseñamos alemán para todos los niveles, tanto como si quieres empezar desde cero (no importa la edad) o mejorarlo.

También preparamos cursos intensivos, individuales o colectivos. Pregúntanos y encuentra lo que necesitas ¡Te esperamos!



**FROHE WEIHNACHTEN!
¡FELIZ NAVIDAD!**

Wir freuen uns auf Euch!

¡Os esperamos!

Sprachschule Drebing - Academia de Alemán y Español para adultos, jóvenes y niños.

Tel: 635 581 604 Edificio Foro de Somosaguas Ctra. Carabanchel s/n (M-502, km 5.6), Local 1 planta baja & 1ª Planta Local 27-28 Tren Ligero Somosaguas Sur 28223 Pozuelo de Alarcón www.sprachschuledrebing.com

UNA MISIÓN EDUCATIVA... DE HACE UN SIGLO

LA ACTIVIDAD PEDAGÓGICA DE LAS HERMANAS DE SCHOENSTATT LUCHA CONTRA EL TEDIO Y LA CRISIS ESCOLAR CON UNA METODOLOGÍA POSITIVA INSTAURADO POR EL FUNDADOR DE LA ORDEN HACE 100 AÑOS

Lo que se reivindicaba en aquel momento era un modelo revolucionario, que rompía las reglas establecidas en esa época. Lo hacía con todo lo que no fuera el saber enfrentarse a las dificultades. Eso hace que se rompiera con el modelo autoritario que había en esos tiempos, donde todo eran castigos, las cosas se hacían porque sí, todo estaba bajo estrictas normas... era el cliché educativo del siglo pasado". Son palabras de Maite Andreu, directora del colegio Nuestra Señora de Schoenstatt, un centro educativo amparado bajo el movimiento apostólico de Schoenstatt, que este año cumple su centenario, aunque su santuario está en Pozuelo desde 1969. Nos cuenta que la metodología que usan en este centro educativo ya era pionera entonces y que su éxito hace que siga vigente hoy en día. El formato escolar ha evolucionado mucho, pero desde este colegio lo que se busca es que el niño encuentre su fuerza para que sea él quien gestione, quien sepa estudiar, que se sepa manejar en el mundo y que sea activo. "Eso quien lo tiene que aportar la pedagogía y el formato escolar. Conseguir que sea el niño el que con su motor interno resuelva, responda... Es el trabajo que realizamos junto a las hermanas de Schoenstatt", señala Maite. Es por lo que pelean.

REPLANTAR UN SISTEMA

Modificar el método que proponía algo que en aquellos años no se ponía en duda: la autoridad del educador. Es su finalidad: ahora se busca que el muchacho, siempre con un criterio, consiga llegar a ser independiente.

Este es el sistema que llega a Pozuelo, primero con una escuela infantil hace una quincena, y ahora con una ampliación que culminará en 2024. El objetivo educativo es claro: potenciar una metodología



positiva en la que quieren conseguir que las personas salgan creativas, resolutivas y autónomas; y fortalecer la figura del profesor.

Desarrollan un sistema que busca que haya menos continente y más contenido. Destacan la importancia de los medios que se necesitan, pero buscan que el niño tenga un fondo pedagógico en el que aprendan a manejar los libros, los conocimientos y que didácticamente lleguen al 10. "Tiramos de un profesional que pelea hasta el final por su alumno. Con el ejemplo del profesor que pelea por él, el niño aprende a hacer lo mismo: pelear por las cosas con autogestión", señala la directora.

UN PROYECTO CONSOLIDADO

Activan todo lo posible actividades en los pequeños para preparar la base para el aprendizaje futuro, luego le damos instrumentales, que es la herramienta que le va a dar la fortaleza para enfrentarse al mundo con éxito. Buscan la solidez personal propia, que le permita hacer frente a cualquier reto en su vida.

Para conseguir esa finalidad tienen tres indicadores: que el niño dé lo máximo de sí, ya que se conoce a sí mismo; que esté satisfecho y venga a gusto al colegio; y que cada vez pida menos ayuda, ya que es más autónomo. "Estos son los pilares que buscamos para los niños y en los que se basa nuestra metodología. Le ayudamos formándolo muy sólido y de forma individual, aunque siempre teniendo en cuenta que sepa trabajar en equipo, porque convive con alguien

más", señala Maite, que añade que "el nivel de satisfacción de los padres es altísimo".

PERSONAS POTENTES, SOCIEDAD POTENTE

Otra de las bases de este colegio es que la institución del profesor recobre el valor que tenía. En la filosofía de este centro dan el papel y el protagonismo a los profesores. Entienden que si se va la autoridad profesional, se pierde la autoridad personal. En su metodología, "es algo que hay que recuperar. Es un tema clave ahora mismo. Es una apuesta del colegio. Hay que dejar que el profesional esté a gusto realizando su tarea", asegura. Su propuesta está fijada en 2024, fecha en la que llegarán a tener dos líneas (o clases) por año hasta el bachillerato. O sea, que los alumnos nacidos en 2006 serán los primeros que finalicen sus estudios en este centro y se preparen para entrar en la universidad. Y lo hacen desde la base. Poco a poco. Poniendo el énfasis en el verdadero protagonismo de su metodología: el niño. 🐼



EL COCHE DE SUSTITUCIÓN NO ES PROBLEMA...



**...Y LA COMPAÑÍA
DE SU SEGURO
TAMPOCO
EN TALLERES LAS ENCINAS**



Contacta con nosotros

Tel. -Fax: 91 485 78 08

Móvil: 618 84 14 39

info@tallerlasencinas.com

www.tallerlasencinas.com

 Talleres LAS Encinas  @T_LasEncinas

C/ Vereda de los Barros, 18 B - Polígono Ventorro del Cano

"DAR DE SÍ ANTES DE PENSAR EN SÍ"

EL LEMA ROTARIO COBRA AÚN MÁS SENTIDO EN NAVIDAD EN EL ROTARY CLUB POZUELO VILLA. Por Mª Teresa Haering Portolés



En el mundo hay más de 1,2 millones de rotarios dentro de una red de 34.000 clubes rotarios en más de 200 países y regiones. Rotary es un movimiento global fundamentado en la solidaridad y es considerada una de las principales organizaciones internacionales de servicio. Esta red mundial está integrada por profesionales y dirigentes empresariales que además de prestar un servicio humanitario, promueven la amistad, la ética y la honestidad en el ejercicio laboral. En Pozuelo tenemos dos clubes y, en esta ocasión, hemos disfrutado del privilegio de acercarnos al Rotary Club Pozuelo Villa Distrito 2201, donde hemos podido comprobar cómo los más favorecidos ayudan a los más desfavorecidos.

A nivel global Rotary trabaja en la O.M.S con U.N.I.C.E.F. y centros para el control de prevención de enfermedades de E.E.U.U, la Fundación Bill Gates y los gobiernos nacionales para lograr sus metas. Destacamos a nivel internacional, la consecución casi total de la erradicación de la polio y desde el Rotary Club Pozuelo Villa nos explican su alta implicación con el primer proyecto internacional que actualmente están llevando a cabo: La erradicación de la ceguera infantil principalmente en África.

EL SENTIMIENTO ROTARIO

Jesús Iglesias, fundador de los dos clubes rotarios de Pozuelo, rotario desde hace 23 años, nos explica el profundo sentimiento rotario: "Dar de sí antes de pensar en sí", y esto conmueve a Pozuelo IN y nos toca: "Todo lo que tengo intento distribuirlo y ayudar a la sociedad, también pido que mis compañeros se apoyen entre sí. Esto es una organización de profesionales." Un buen lema unido a buenas intenciones, entre los mejores profesionales configuran las claves esenciales de su influencia y capacidad de ayuda que intentan gestionar con su mejor voluntad.



LA VISITA DEL GOBERNADOR DEL DISTRITO

Tenemos el privilegio de hablar con el gobernador del distrito 2201 en el año Rotario 2014- 2015, Andrés Barriales Ardura, que desde su ciudad natal Gijón visitó el club Pozuelo Villa, y nos concede unos minutos. Después de 23 años en el Rotary Club de Gijón y varios años de presidencia en el mismo, A. Barriales nos explica que el programa rotario está dirigido a la Educación, la Salud materno-infantil y el problema del agua o el hambre, entre otros. "Rotary



estuvo presente en la creación de la carta de la ONU, la creación de la UNESCO y es miembro observador preferente de las Naciones Unidas, incluso se celebra un día de Rotary en las Naciones Unidas porque en Rotary es muy importante la búsqueda de la paz internacional". En lo que se refiere al Club Pozuelo Villa, nos destaca la alta implicación con Rotary Internacional del mismo, y al preguntarle como los lectores de Pozuelo IN pueden colaborar con Rotary, nos invita a conocerles a través de, por ejemplo, los proyectos del Club Pozuelo Villa. "La amistad con voluntad de servir", es el motor del Club, según sus conmovedoras palabras.


ALGUNOS DE LOS PROYECTOS ROTARY CLUB POZUELO VILLA

Los proyectos son la dedicación de fondos y recursos a diferentes actividades con fines solidarios que cuentan con diferentes formas de financiación. En este año rotario, el presidente Mariano Gil Fernández-Villarán, nos explica algunos de los proyectos principales: Su colaboración a nivel internacional con la erradicación de la ceguera infantil, becas anuales para visitas culturales para los niños más desfavorecidos de Pozuelo o 250 cestas de Navidad a la Parroquia de Pozuelo Pueblo desde hace dos años, entre otros.

Destacamos también que este año se entrega un Paul Harris a Ramón Gil. Un Paul Harris es una condecoración rotaria que consiste en una ayuda econó-



mica que se destina a proyectos de *Rotary Internacional* de índole solidaria.

Para recaudar fondos para los proyectos solidarios, destacamos el próximo concierto benéfico de Emilio José en el Teatro Mira el 16 de enero a las 20:00 horas, el concierto de José Mercé en el mes de febrero, cuya fecha está por concretar, o la futura exposición de pintura del arquitecto y artista Carlos Granda, con el día por determinar, entre otros eventos de vocación solidaria. 

Si quieres conocer más de *Rotary Club Pozuelo Villa*, puedes ponerte en contacto con ellos a través de www.rotariospozuelo.com

Puedes seguir a Rotary a nivel global en
[Facebook.com/rotary](https://www.facebook.com/rotary)
[Twitter.com/rotaryES](https://twitter.com/rotaryES)
[Youtube.com/ rotaryinternacional](https://www.youtube.com/rotaryinternacional)

FEMAES

ASESORES TRIBUTARIOS

HOSPITAL UNIVERSITARIO QUIRÓN

Femaes Asesores ofrece **asesoramiento integral** en materia impositiva, contable, laboral y societario a empresas y personas físicas.
Atención personalizada.





¿PREVENIR LA LUDOPATÍA DE MENORES Y ADULTOS EN EL JUEGO ONLINE? ¡SE PUEDE!

Por María Blanco,
presidenta de la Asociación
Víctimas de Fraude en el Juego Online



Hasta hace bien poco, el perfil de los afectados se correspondía con el de personas mayores de 35 años que jugaban a las tragaperras. Hoy, la edad media ha bajado y ya han detectado casos de hasta menores de 12 años. De hecho, la cifra de adolescentes enganchados al juego se ha disparado. Por ejemplo, cada año, el Hospital de Bellvitge (Barcelona) atiende a 450 jóvenes de entre 15 y 19 años.

Desde la Asociación Víctimas de Fraude en el Juego Online queremos contribuir para ayudar con la problemática de la ludopatía de menores en el juego online, gracias a la experiencia que hemos adquirido a través de las reclamaciones, quejas, y denuncias que nos hacen llegar los jugadores.

Esta situación comenzó a detectarse a mediados del pasado año. Por aquel entonces, las llamadas de padres y profesores de colegios e institutos aumentaron hasta un 6% y en estos momentos siguen sin ver signos de mejora, tal y como valora la trabajadora social Daniela Scorrani. Un cambio en el que han influido las nuevas tecnologías. En palabras de Scorrani: "estamos preocupados porque no sabemos cómo frenar esto. Carecemos de una base legal que proteja el acceso de los menores a los juegos online y a las apuestas deportivas. Es muy fácil burlar la ley", denuncia.

El inicio en este tipo de juegos se realiza de manera inocente. "Empiezan con videojuegos. A partir de ahí, realizan su primera apuesta y luego siguen apostando y apostando", describe Scorrani. "En principio no está la idea de apostar, se trata de jugar", matiza. Y alerta de que esto puede ocurrir

El pasado septiembre, en colaboración con el Plan Nacional de Drogas, presentaron la campaña Nocairgas.com, un proyecto de prevención de conductas adictivas dirigido a adolescentes, porque consideran que es del uso masivo del móvil por parte de los más jóvenes de donde pueden venir los problemas con el juego.

"Se sabe cuáles son los elementos que influyen en el juego patológico, de manera que sólo hace falta voluntad política para llevarlos a cabo", considera. Otro asunto es el de las motivaciones propias del juego en Internet, muy distintas de las que provocan una adicción al juego presencial. En la red domina el entretenimiento, cierta forma de racionalidad, y los jugadores quieren demostrar habilidad.

"Debemos proteger mejor a todos los ciudadanos. En particular a los niños, frente a los riesgos que entrañan los juegos de azar online. Los operadores de juegos de azar deben lograr un elevado nivel de protección del consumidor en un sector que ha experimentado un rápido crecimiento".

Además de los menores, otro colectivo que requiere especial atención y seguimiento es el de los adictos al juego. Para ellos, la Comisión Europea solicita que se legisle pensando en que los usuarios dispongan de herramientas suficientes para evitar problemas derivados del juego y les permita mantener esta actividad bajo control.

Nosotros, desde la asociación, queremos dar algunos consejos importantes para prevenir la ludopatía en menores, que pueden ser de gran interés para la población en general:

- Que se impartan clases extraescolares en colegios e institutos para así prevenir el mal uso de las nuevas tecnologías en niños y adolescentes.

- Que en las casas los padres vigilen y controlen al hijo cuando acceda a portales en internet.
- Que los padres sean un modelo a seguir ya que será más fácil que el niño acabe jugando si ve ese tipo de comportamiento en sus mayores.
- Que las autoridades correspondientes desarrollen campañas informativas y de sensibilización en los medios de comunicación (Tf, radio...).

En el caso de adolescentes mayores de 18 años que ya son adictos a los juegos online, estos pueden solicitar su inscripción en los Registros de auto prohibidos que existen en cada CCAA, bien voluntariamente o forzosamente por resolución judicial.

Se pueden crear estrategias para mejorar la seguridad de la navegación por Internet. Así, por ejemplo, en Reino Unido se ha presentado una propuesta para exigir el uso tarjeta de crédito para acceder a webs de juego online ya que esta clase de productos solo son expedidos a personas mayores de edad y de ahí que la verificación de las mismas sirva complementariamente para confirmar la edad del usuario. Algunas páginas de juego online o apuestas ya incorporan en sus condiciones de uso la posibilidad de que en cualquier momento se le requiera al usuario una copia de algún documento público para certificar que cumple con los requisitos legales de edad mínima para hacer uso del servicio web en cuestión. La Comisión Europea ha elaborado una recomendación en la que establece una serie de principios que deberían integrarse en los próximos dos años en las normativas de los 28 países sobre juegos de azar. Aunque el texto de la UE habla de mejoras legislativas en asuntos como la publicidad, los patrocinios y la prevención de los problemas derivados del juego, hace especial hincapié en la protección de los menores, ya que este apartado es donde se encuentran los problemas más importantes y donde mayores esfuerzos, técnicos y regulatorios, deben realizarse. La recomendación solicita a los Estados miembros que velen por que los empleados de los operadores de juegos online que interactúan con los jugadores reciban una formación que les permita comprender los problemas que implica el juego. 

UNA GRAN OFERTA DE OCIO & RESTAURACIÓN PARA DISFRUTAR DE

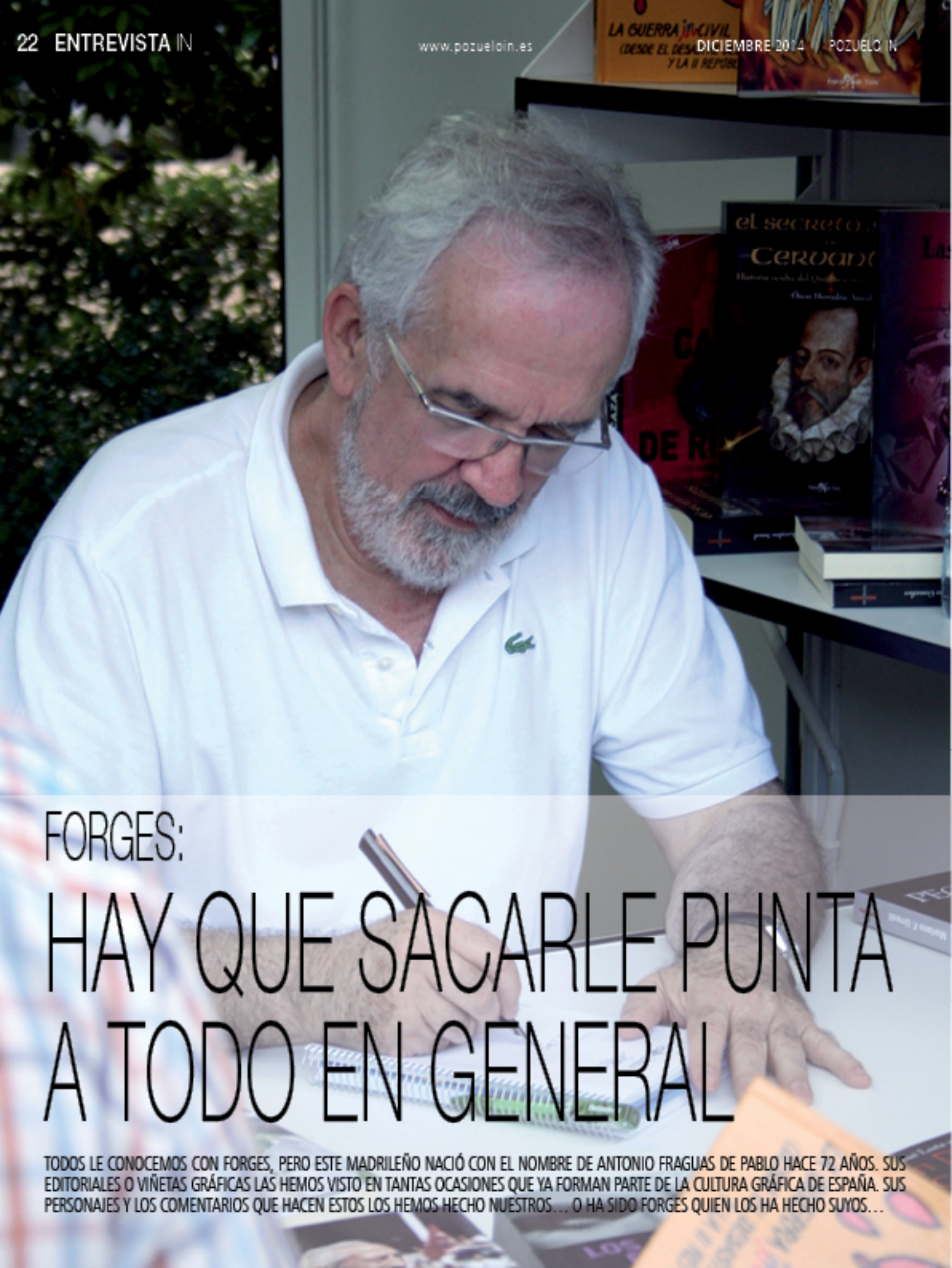
grandes momentos

Esta Navidad, más cerca de tí.



C/ Fresa, Pol. El Carralero, Majadahonda
equinoccioпарк.es





FORGES: HAY QUE SACARLE PUNTA A TODO EN GENERAL

TODOS LE CONOCEMOS CON FORGES, PERO ESTE MADRILEÑO NACIÓ CON EL NOMBRE DE ANTONIO FRAGUAS DE PABLO HACE 72 AÑOS. SUS EDITORIALES O VIÑETAS GRÁFICAS LAS HEMOS VISTO EN TANTAS OCASIONES QUE YA FORMAN PARTE DE LA CULTURA GRÁFICA DE ESPAÑA. SUS PERSONAJES Y LOS COMENTARIOS QUE HACEN ESTOS LOS HEMOS HECHO NUESTROS... O HA SIDO FORGES QUIEN LOS HA HECHO SUYOS...

Padre de cuatro hijos y residente en Pozuelo desde hace muchos años, este gran dibujante ha hecho y sigue haciendo de todo. Estudió Telecomunicaciones y Ciencias Sociales; fue técnico de telecine y mezclador de imagen en TVE cuando no tenía que usar el mando a distancia; tiene publicados más de una treintena libros y hasta dirigió un par de películas: País, S.A. en 1975 y un año después El bengador gusticiero y su pastelera madre.

Hoy podemos disfrutar de su trabajo en El País, donde entró a formar parte de la plantilla hace dos décadas. Pero han sido más de 80.000 las viñetas en las que este humorista siempre ha puesto el dedo en la llaga. Informaciones, Diez Minutos, Hermano Lobo, Por Favor, InterViu, El Jueves, Diario 16, Lecturas, El Mundo, El País, donde actualmente realiza el dibujo editorial, y un largo etcétera son los lugares donde hemos disfrutado de su lápiz. Sus respuestas, al igual que sus dibujos son escuetas y hay que estar predispuesto a leerlas.

Nosotros hemos conversado con Forges, una persona que es una institución en este país, no solo por sus dibujos, sino también por sus ironías. Nos comenta que "su trabajo también consiste en sacarle punta a todo" y señala que no solo a los políticos en general y a los que les han votado, sino que "hay que hacerlo a todo

en general".

Sabe que eso de hilar tan fino le puede gustar más o menos a la gente. Sus editoriales no pasan desapercibidos para nadie y, menos aún, a los políticos. La sonrisa que él es capaz de sacar a los ciudadanos que ven sus viñetas puede molestar a alguno. A Forges, solo le consta "que a uno, que fue presidente, no le gusta nada" la sonrisa. Ahí lo deja, sin dar nombres, pero con muchas pistas. Forges es uno de los pocos que se ha peleado incluso con presidentes de gobierno para conseguir el derecho a la sonrisa...

LA GENTE LEE POCO

Una de las cosas que siempre hemos podido leer en sus editoriales es la necesidad de que la gente lea. Una de sus viñetas dice: Leo... luego existo. De lo que está convencido es que en este país se lee poco. A él lo que le gusta es que la gente piense, pero que también se ríen. Eso es lo que consigue con sus dibujos, en los que siempre hace una crítica social a través de situaciones cotidianas con unos personajes que ya están en la mesa camilla de cada hogar: Mariano, ese burgués casado con Concha, es el que tiene una represiva conciencia; los del pueblo de interior, los rurales Blasillos o los naufragos, que siempre vemos en una isla aburrida que tienen que combatir la soledad con muchas fantasía.

Se pone serio con el tema de la lectura. En este

país "más bien no se lee y ahora menos", asegura. Y eso lo dice una persona con conocimiento de causa, que ha creado miles de viñetas que se ven claramente desde la distancia. El motivo es una anécdota del Fraguas con su padre. Este le dijo que sería dibujante si su dibujo se ve desde los quince metros, por lo que incluyó los bocadillos en las viñetas con gruesos trazos, para que se viera desde lejos.

Y eso es lo que se ve. Hace "todo en directo tinto, de lápiz, ni boceto". La primera idea es la válida. Quizá por eso hay que leer sus editoriales "predispuesto", asegura. Lo dice una persona que ha evolucionado con el mundo, ya que, aunque sigue haciendo sus viñetas a mano, asegura que "lo mejor dibujar a mano...y escanear, colorear y enviar con el ordenador".

50 AÑOS NO SON NADA

El trabajo, los jefes, los becarios, la zona rural, los políticos o la corrupción son algunos de los temas que más usa Forges en sus editoriales. Y siempre con un lenguaje muy suyo en el que incluye palabras como gensanta, stupendo, bocata, firulillo, esborcio o jobreído. Eso y mucho más es lo que podrá ver el lector en el recopilatorio que acaba de publicar y que arrasa en ventas: 50 años de Forges.

CONTINÚA EN LA PÁGINA 24

III MERCADILLO SOLIDARIO NAVIDEÑO



EVEREST SCHOOL MONTECARLO ¡OS ESPERAMOS!

Auditorio de Primaria Masculino
10 - 11 - 12 diciembre
9:15 h. - 18:00 h.

En Everest School los días 10, 11 y 12 de diciembre se va a celebrar el III Mercadillo Solidario de Navidad. La recaudación irá destinada al Colegio Mano Amiga de Guatemala, para aumentar el número de niños escolarizados y hacer realidad muchos de sus proyectos. Con el dinero recaudado podremos garantizar las becas de estudio de los alumnos de nuestro colegio hermano, atender las necesidades médico-sanitarias de los alumnos y mejorar la dotación de las infraestructuras y materiales.

Contaremos con más de una veintena de puestos, con marcas de primera línea y regalos para todas las edades.

BISUTERIA, COMPLEMENTOS PARA NIÑOS Y MAYORES, ROPA DE BEBE, NIÑOS, ADOLESCENTES, HOMBRE Y MUJER,
COMPLEMENTOS DE PLAYA, DECORACIÓN, CUADROS, CHUCHES, MERIENDAS Y LIBRO DE COCINA EVEREST



VIENE DE LA PÁGINA 23

Y es que son pocas las personas que pueden acreditar que llevan más de una vida y tantos reconocimientos como él: Premio Antonio de Sancha (2001) de los editores madrileños, y Premio Internacional de Humor Gat Perich; Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo; Premio Leyenda, por su defensa constante de la lectura y los libros a través de sus dibujos, concedido por la Asociación de Libreros; Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes...

Para muchos, casi todos, Forges es único. Por

eso, 50 años de Forges, que ya va por su novena edición, es un homenaje a un genio. El lector lo que se encontrará es, según sus palabras "a ella misma". Lo que sí está claro es que día tras día ha arrancado una sonrisa a muchas generaciones de españoles con su humor.

La primera de sus viñetas, publicada en el diario Pueblo en 1964, representaba a un albañil que fue condecorado por tapar baches en Madrid. Le preguntamos qué pasó con ese trabajador y, convencido, asegura que "50 años

después? Pues que no hizo muy buen trabajo".

Se describe soñador, que ha soñado, sueña y soñará siempre que pueda, la día a su trabajo el valor que considera. Sus editoriales no son trascendentes, son solo chistes.

MUCHAS ANÉCDOTAS

Una de las muchas las curiosidades de este madrileño forero del Athletic de Bilbao, "es la única verdad que hay", es que recibió el título joto! de Mujer Progresista del año concedido por la Federación de Mujeres Progresistas hace

unos años. Dice que sabe poner la lavadora y está convencido que los jóvenes de hoy en día se lo tienen que currar mucho. Sabe de lo que habla, ya que ayuda a sus hijos en el cuidado de sus nietos. También es una persona que se adapta a los tiempos que corren. Conoce el ordenador, el escáner, el MAC, el PC... ¿sabrá lo que es el Dropbox? Mejor no se lo preguntamos...

Lo que sí quisimos saber es si es una verdadera "mujer progresista" y le pusimos una prueba que, aunque virtual, no dejaba de ser una prueba. ¿Cómo se pone una lavadora? Y él, sin dudar ni un instante, aseguró: "Tal que así, mira... ¡y sin plano!". ¡Prueba superada! ¿O no? Tendremos que creer en su palabra, ya que no teníamos a mano ninguna lavadora. No íbamos a ser nosotros los que le privásemos de su premio.

Un galardón que, para él, tienen muy difícil ganarse los jóvenes de hoy en día, ya que "se lo tienen que currar mucho".

Por último, queríamos preguntarle por el municipio donde vive, donde incluso le puso imagen a uno de los quioscos más emblemáticos del municipio, situado en el barrio de La Estación, aunque ahora no se ve su ilustración.

¿QUÉ EDITORIAL DIBUJARÍAS DE POZUELO?

Un 40% de vivir en unifamiliar y un 60%, en un coche. 🚗

Campamentos Urbanos en Inglés

Kids&Us Pozuelo
 Avda. Pablo VI, 9
 28224 Pozuelo de Alarcón
 T. 91 452 92 95 / 649 779 786
 pozuelo@kidsandus.es





Kids&Us
school of english

Christmas FunWeeks

Where's Rudolph?

CARLIN®

VENTORRO DEL CANO

LIQUIDACIÓN por traslado, todo el stock al

50%

C/ Vereda de los Barros, 29 • Polígono Industrial Ventorro del Cano • 28925 • Alcorcón
 Tel.: 91 633 55 26 (4 líneas) • Fax: 91 632 56 06 • www.carlinvictor.es

ESTAS NAVIDADES, TODO LO QUE DESEES Y MUCHO MÁS
EN SEXTA AVENIDA.

Del 19 de diciembre al 5 de enero disfruta
de nuestras **actividades gratuitas**:

Visita de Papá Noel
Paje Real y Reyes Magos
Simulador F1 Ferrari
Blanca Navidad, nevada en vivo
Pista de hielo



Descubre todas nuestras actividades en: www.sextavenida.com

SextaAvenida

Un lugar donde pasan cosas, si tú quieres.

REGALOS, REGALOS Y MÁS REGALOS

La Navidad ya está aquí! Tenemos montones de regalos por hacer, en muchas ocasiones pocas ideas y siempre nos encontramos con colas interminables... ¡Tranquilo! Si lo que quieres es quedar como el rey Baltasar, Melchor o Gaspar o como Papa Noel te damos unos consejos.

Pozuelo es un municipio con muchísimas tiendas donde siempre acertarás. No lo dudes. Encontrarás lo mejor en cualquier esquina. Te daremos unas pequeñas indicaciones para que no andes de un lado a otro. Son solo pequeñas ideas para mayores y pequeños, desde cuidados para la belleza a juegos didácticos en los que podrás disfrutar en el entorno familiar.

Lo importante es la intención. Y, como a veces la intención no basta, creemos que nos hemos equivocado. Nada de eso. Se original y ya verás como no te arrepientes del regalo que haces.

El primero de los sitios que te aconsejamos es Be Cool. Y simplemente es por la originalidad que es hacer un regalo como este. Be Cool (c/ Peñalara 1, junto al Mercadona) es un centro de belleza especializado en manicuras de gel, que ofrece algo diferente, un lugar para que te cuiden mientras te relajas, con un ambiente elegante, trato inmejorable de sus empleadas e inmejorables precios.

Manicuras y pedicuras son sólo el principio. Cuidados clínico estéticos del pie, higienes faciales con punta de diamante, tratamientos anti edad con estupendos resultados, maquillaje, peinado exprés, extensiones de pestañas, depilación con cera y *sugaring* (especial para pieles sensibles) y un largo etcétera. La última innovación ha sido la organización de fiestas de grupo, en las que ofrecen sus servicios en un ambiente agradable y divertido, perfecto para pasar un rato diferente entre amigas. No podéis dejar de visitar este local tan Cool y lleno de glamour en el que os cuidarán y aconsejarán sobre los tratamientos que mejor os funcionen.





Hablando de joyería, no nos podemos olvidar de **Tienda Rivero** (c/ Ángel Barajas, s/n junto a la iglesia del Carmen), una coqueta tienda en la que podremos obtener abalorios a los mejores precios. Allí, aparte del buen trato con que te reciben, puedes encontrar de todo. Si lo que quieres es encontrar artículos de bisutería a unos precios prácticamente sin competencia, complementos en plata con piedras semipreciosas o cristales de Swarovski, esta es tu tienda. Si sabes que la persona a la que le vas a hacer el regalo es fan de las pulseras pendientes o anillos, tienes parada obligada allí. ¡Ah! Además, tienen un 10% de descuento en sus productos. Ω

Otro de los regalos y con el que seguro que no fallarás es el que hace **Vivadez**. Su producto se llama **Pintafun** (compras a través de la web: <http://www.pintafun.com>) y comercializa juegos educativos y de entretenimiento de carácter familiar y grupal con el objetivo de fomentar la creatividad y el trabajo en grupo y potencia la comunicación y la motricidad. Elige un dibujo, busca su pareja y coloréalo del mismo color. Si quieres recorta las tarjetas y juega al *memory*. ¡Tienes 50 tarjetas! Aumenta la dificultad a medida que juegas con más tarjetas. Diversión, entretenimiento y creatividad a lo grande.

Acertarás seguro con la joyería de autor, con la que hace **Margarita León**, una diseñadora de Joyería Artística, que disfruta no solo diseñando y fabricando cada pieza, sino cuando el destinatario lo luzca como forma de expresión de su imagen personal.



¿Tienes la **PANTALLA**
de tu móvil o tablet
ROTA?



CAMBIO
PANTALLA

59€ Iphone 4 o 4S | Ipad 4ª G

99€ Iphone 5 o 5S

89€ Ipad 2 | 3 | 4

¿Se te ha **MOJADO**
el móvil o tablet?



39€

RECUPERACIÓN
DAÑO LÍQUIDO

¿No te **DURA NADA**
la **BATERÍA?**



Batería **NUEVA** desde **16,95€**

39€ CAMBIO Batería Iphone 4 o 4S

Éstas y otras **AVERÍAS** de **MÓVIL, TABLET** o **PORTÁTIL** te las **REPARAMOS** en
Zona Mobile Pozuelo

Reparación
liberación

Terminales
Libres

Accesorios
Fundas

Compra
Venta

Avenida de Europa, nº 38 Pozuelo de Alarcón
Telf. 917.825.639 / 639.504.044
pozuelodealarcon@zonamobile.info


¡PARA CHUPARSE LOS DEDOS!

EN ESTAS FECHAS SIEMPRE NOS SURGEN LAS DUDAS Y LAS PRISAS DE ÚLTIMA HORA. ¿QUÉ PONER PARA LA CENA DE NOCHE BUENA? Y ¿PARA NAVIDAD, FIN DE AÑO? NO DEJAMOS DE DARLE VUELTAS A ALGO QUE, HOY EN DÍA, NO TIENE TANTA COMPLICACIÓN. SOLO HAY QUE COMPRAR LOS INGREDIENTES, TENER PACIENCIA Y MUCHO, MUCHO CARÍÑO

Hoy en día, con la cantidad de información que hay en internet, no deberíamos de tener problemas a la hora de elaborar un menú con el que, seguro, vamos a triunfar estos días. Nosotros hemos querido preguntar a chefs

profesionales y a cocineros amateurs qué es lo que van a elaborar para que sus comensales se queden con la boca a vierta y quieran chuparse los dedos.

Os presentaremos recetas muy fáciles; otras un

poco más complicadas, aunque nada que no se pueda hacer en casa; un menú muy barato, tal y como está la economía familiar, seguro que lo agradeceréis; postres riquísimos y tradicionales, y recetas para elaborar con la Thermomix. 

MENÚS

SOPA DE QUESO DE CABRA CON VERDURAS, por Marián Martínez Vallejo

INGREDIENTES:

200 gr. de queso de cabra
2 dl de caldo de pollo
1 cucharada de aceite de oliva
½ cebolla picada
½ puerro picado
1 dl de nata de cocina
40 gr. de zanahoria en bastones
50 gr. calabacines pelados en bastones
100 gr. judías verdes en juliana
50 gr. de setas pequeñas
15 gr. de nueces
1 dl. de oporto
Sal
Vinagreta: 3 dl. de aceite, 1/2 dl. de vinagre, 10 gr. de miel.



ELABORACIÓN:

Cocer las verduras por separado en agua con sal gorda. Reservar.

Rehogar la cebolla y cuando esté calida añadir el puerro. Añadir el oporto y reducir; agregar el caldo y el queso troceado. Triturar, pasar por el chino y añadir a nata.

Las verduras se emplatan previamente en el centro y se saltean con la vinagreta. Servir la sopa muy caliente.



*De Madrid al "Cielo"
pasando por Urrechú*

*Celebra en el Cielo tus eventos,
contemplando el skyline*



**RESTAURANTE EL CIELO DE URRECHÚ C.C ZIELO SHOPPING LOCAL 217
AV. DE EUROPA, 26 B - www.elcielourrechú.com - TELÉFONO: 91 709 32 85**

SALMÓN CRUIENTE CON GUACAMOLE, por Marián Martínez Vallejo

INGREDIENTES:

4 filetes de salmón fresco
 1 cebolleta
 1 pimiento verde
 100 g de sésamo o almendras picadas
 100 g de harina
 Un chorrito de zumo de un limón
 1 o 2 aguacates
 Aceite de oliva
 Sal
 Pimienta
 Lechugas variadas para acompañar



ELABORACIÓN:

Para hacer la salsa de aguacate, pela el aguacate, quítale el hueso y ponlo en un recipiente. Añade una pizca de sal, el pimiento verde picado, un chorrito del zumo de limón. Tritura todo bien con la batidora.

Cocina los filetes de salmón, cortados a dados, en una sartén con un chorro de aceite. Que queden muy dorados. Salpimenta y reserva. Espolvóralos con el sésamo o la almendra, que deben estar tostados(al horno o en una sartén, sin aceite ni nada).

Para emplatar, coloca los tacos de salmón en un plato y acompáñalos con la salsa de aguacate y la lechuga.

SORTEO DE DOS CENAS PARA DOS EN EL RESTAURANTE LA BODEGA DE LA SALUD

Para participar en este concurso debe rellenar correctamente el cuestionario, recortar este recuadro y enviárnoslo al APARTADO de CORREOS 57.279 C.P. 28223 - Pozuelo de Alarcón MADRID.

NOMBRE APELLIDOS

DIRECCIÓN

TELÉFONO FECHA DE NACIMIENTO LUGAR PREFERIDO DE POZUELO

restaurante goa

ABRIMOS NOCHEBUENA Y NOCHEVIEJA



- cocina de producto
- tres ambientes, chimenea
- dos terrazas de invierno
- más de 40 ginebras
- servicio de aparcacoches

"-10% si haces tu reserva de parte de Pozuelo in"

solo en diciembre y enero sobre precio de carta

www.restaurantegoa.es

Avda. de España, 14, Majadahonda

CATERING PERSONALIZADO

Consulta nuestros Menús Navideños

Tfno.: 916341072

@: requeta@gmail.com

Síguenos  LaTravesiaMajadahonda

Productos Artesanos
LA TRAVESÍA
 Delicatessen



La Travesía Cafetería Restaurante Tienda Gourmet • C/ Puerto de los Leones, 8 • 28220 • Majadahonda
 Horario de Lunes a Sábados de 7.30 h a 24.00h. Sábados a partir de las 9.00 h.



RESTAURANTE **BODEGA LA SALUD**

LA MEJOR CARNE DESDE 1972

Les desea felices fiestas

C/Jesus Gil Gonzalez n°36
Pozuelo de Alarcón

91 715 33 90

www.bodegalasalud.es



LO MÁS BARATO

SOLOMILLO DE CERDO A LA LECHE, por Gonzalo Esquivias

INGREDIENTES:

Para cuatro personas

2 solomillos de cerdo frescos

2 cebollas,

2 dientes de ajo

750 ml de leche

1/2 cucharadita de nuez moscada

1 cucharada sopera de mostaza a la antigua

50 ml de aceite de oliva

Sal y pimienta.

Es un plato sencillo, de sabor suave y que sirve para cambiar del asado clásico de carne de cerdo. Con una salsa que apetece mojar pan en ella. Ya verás como es una receta que repetirás.



ELABORACIÓN:

Cómo hacer solomillo de cerdo con leche y mostaza

Comenzaremos picando las cebollas y los dientes de ajo. Precalentamos el horno a 180 grados. Después doramos el solomillo en trozos por todos sus lados en una cazuela que sirva para el horno, con aceite de oliva, los retiramos de la olla y salteamos la cebolla y los dientes de ajo. Volvemos la carne de nuevo a la olla y añadimos la leche, la mostaza, la nuez moscada, la sal y la pimienta, llevamos a ebullición.

Seguidamente metemos la cazuela en el horno y horneamos la carne menos de una hora. Una vez hecha la servimos acompañada de su salsa, que si os gusta sin tropezones podéis pasarle la batidora, acompañada de mostaza a la antigua y tapada con su salsa.

Degustación

La receta de solomillo de cerdo con leche y mostaza es perfecta para cuando nos apetezca una carne con una salsa estupenda para mojar. Una vez horneado recalienta bien y es ideal para acompañarlo por ejemplo con un plato de pasta fresca.



BOCADOS REDONDOS
La Tortillita

Ven a probarlo

Menú, martes a viernes 9,90 €



**Y para que este otoño
no pases frío...
también te llevamos
a casa la tortillita**

**Reservas, TAKE AWAY
y SERVICIO A DOMICILIO
T. 91 715 30 95**

Avda. de Europa 16,
Pozuelo de Alarcón

www.latortillita.es

Síguenos en:



PIMIENTOS DEL PIQUILLO RELLENOS DE GULAS, por Gonzalo Esquivias**ELABORACIÓN:**

Como las gulas estaban congeladas, las metemos en agua en su envase original hasta que se descongelen. Los pimientos del piquillo los escuro bien del líquido de la conserva (guardamos el líquido).

En una sartén pongo a pochar en dos cucharadas de aceite de oliva, media cebolla y dos dientes de ajo. Antes de que tomen color, añado las gulas y las sofro. Se dejan a fuego fuerte para que evapore lo más pronto posible, añadiendo sal y perejil picado. Espero a que no quede ningún líquido en la sartén y añado la cucharada sopera de harina. Doy una vueltas.

A continuación, vierto la leche, aprox. media vaso. Rectifico de sal y revuelvo hasta que espese. Retiro del fuego y dejo enfriar. Voy rellenando los pimientos del piquillo con las gulas.

La salsa también es muy fácil. Pocho una cebolla y añado la nata y poco a poco voy sumándole el líquido de los pimientos (que anteriormente hemos guardado) y los restos de pimientos que se nos han roto (seguro que sí). Luego lo trituramos todo bien, para que nos quede una salsa fina.

Por último, ponemos los pimientos en una bandeja de horno y le echamos la salsa. Con cinco minutos de horno, listo para comer.

**INGREDIENTES:**

Para 10 pimientos
1 envase de gulas congeladas
200 grs. de gambas congeladas
1 bote de piquillos
1 cebolla
2 o 3 dientes de ajo
Perejil picado
1 cucharada sopera de harina
1 vaso de leche (200 ml.)
1 bote de nata
Sal y pimienta blanca

POSTRE

CROQUEMBOUCHE, la receta de Juan Manuel, ganador de Master Chef

El Croquembouche es un pastel clásico de la repostería francesa, el más popular de las denominadas pièces montées o piezas montadas. Hay muchas recetas de Croquembouche, básicamente se elabora con profiteroles rellenos y cubiertos de caramelo para que resulten crujientes, como su nombre indica.

**ELABORACIÓN**

En un cazo ponemos el agua, leche, la mantequilla, la sal y el azúcar y llevamos a ebullición. Cuando este disuelta la mantequilla, bajamos el fuego al nivel 4, añadimos de golpe toda la harina y movemos con una espátula cocinando unos 3 minutos, sin dejar de mover.

Cuando la harina este cocinada y sin grumos, apartamos del fuego, volcamos la masa en el robot de cocina y vamos añadiendo los huevos enteros de uno en uno, sin dejar de mover y recuperando la textura de masa inicial, así hasta el final.

Cuando esté toda la masa, la pasamos a dos mangas pasteleras grandes.

Encendemos el horno programa "Calor Intenso" a 185°C. Cortamos la manga y ponemos la masa en silpat, con la cantidad adecuada. (forma de nuez).

Metemos en el horno a 185° durante 10 minutos y pasado este tiempo subimos el horno a 195°C durante 20 minutos. Cuando lo tengamos, dejamos reposar las lionesas para que cojan cuerpo y poder rellenar más cómodamente.

Profiteroles**INGREDIENTES**

11 huevos
400 gr. de mantequilla
600 gr. de harina
500ml de agua
500ml de leche
10 gr. de sal
10 gr. de azúcar

TRUCO:

Para que los profiteroles resulten crujientes se les da un baño de almibar a punto de caramelo, y el montaje del pastel puede ser un reto según la altura que se quiera dar. En principio no debería dar problemas, las piezas se montan y se mantienen unidas gracias al caramelo (se pone caliente y actúa como pegamento). Se empieza formando un círculo de base con varios profiteroles, que tradicionalmente se realiza sobre un zócalo de nougatine, y se van apilando más pastas choux rellenas cerrando poco a poco el círculo para formar el cono.

Hay un molde en forma de cono que marca la disposición de los profiteroles y favorece que el croquembouche tenga una forma perfecta, pero también se puede hacer un molde casero si se hace este pastel ocasionalmente, basta con hacer un cucurucho con una cartulina y forrarla con papel de aluminio, una manualidad muy sencilla.

NARANJAS AMAT

¿HAS PROBADO ALGUNA VEZ UNA NARANJA RECIÉN COGIDA DEL ÁRBOL?



Estamos totalmente adentrados en la época de poder disfrutar de unas buenas naranjas y mandarinas, y aunque parezca sencillo, encontrarlas de buena calidad, con el sabor de siempre y con tanto jugo como para hacer un buen zumo con simplemente una o dos piezas, se ha convertido en una misión casi imposible.

Elena Amat, bióloga y vecina de Pozuelo, lleva toda la vida relacionada con el mundo de la naranja, ya que su familia se dedica a su cultivo desde hace más de 40 años, en una zona tan privilegiada para el desarrollo de naranjas y mandarinas como es el valle de Xàtiva, Valencia. Tenemos la oportunidad de poder hablar con ella y que nos cuente cómo podemos disfrutar de sus manjares:

Elena, ¿qué os distingue? Yo diría que la experiencia... llevo relacionada con el mundo de la naranja desde que nací, ya que es un negocio familiar. La principal diferencia con las naranjas y mandarinas que podemos encontrar habitualmente en el mercado es que nosotros hemos seleccionado las variedades

de más sabrosas, no las manipulamos de ninguna manera, las cogemos directamente del árbol y las servimos en un plazo máximo de 24 a 48 horas. Son naranjas y mandarinas maduras en el árbol, recogidas en su momento justo y sin ningún tipo de tratamiento adicional, ni necesidad de pasar por cámaras, de ahí su sabor.

¿Desde cuándo estás en el negocio? Bueno, el negocio está desde antes que yo naciera, ya que se trata de un negocio familiar. Lo único que hemos hecho las nuevas generaciones ha sido dar un paso adelante para acercar nuestras naranjas directamente a los particulares, sin pasar por los mayoristas, y ahí es donde entré yo hace tres años ya.

¿Cómo está siendo la aventura? Pues como todos los comienzos, con sus dificultades. Teníamos que introducirnos sin que nos conocieran y con una gran competencia en precios, pero la gente está respondiendo muy bien.

¿Qué tal está siendo la respuesta de los vecinos de Pozuelo? La verdad es que estamos teniendo muy buena acogida, es muy gratificante ver cómo la

gente se sorprende con el sabor y aroma de nuestras naranjas, te felicita y lo más importante, repite y se lo recomienda a familiares y amigos. Además, aunque físicamente estamos en Pozuelo, llegamos allá donde nos lo soliciten, ya que cada vez son más las personas que nos llaman desde otros puntos de Madrid gracias al boca a boca de la gente que queda satisfecha.

¿Cómo distribuyes? Nosotros servimos de manera personalizada, tenemos varios puntos de entrega en el municipio donde poder ir a recoger el pedido y también servimos a domicilio a través del servicio de mensajería, ponemos todas las facilidades para el que no pueda acercarse.

¿Cómo podría yo contactar con vosotros para hacer un pedido? Fácil, a través del teléfono o el correo electrónico. Yo misma informo, cojo los pedidos y concreto la entrega. **Ω**

ELENA AMAT: 620 231 832
naranjas.amat@yahoo.es



Los mejores sabores de Extremadura

Ven a probar
nuestros productos



Vía Dos Castillas, 9B Reservas: 916 226 109 Pozuelo de Alarcón

POLVORONES, por Vicky Ortiz (Recetas para Thermomix)

Esta es otra receta que hay que preparar con antelación. Podéis ponerlas a la mesa en una fuente de color, bien colocadas y con abundante azúcar glass para que destaquen. Que las disfrutéis...
Polvorones

ELABORACIÓN:

Preparación el día anterior a los polvorones: Poner, la tarde de antes, en el vaso, la harina y las almendras y programar 30 segundos, velocidad progresiva 5-10. Verter la mezcla de harina y almendra en una bandeja de horno. Precalentar el horno a 130°, calor arriba y abajo. Introducir la bandeja 30 minutos, moviendo de vez en cuando con la espátula. Va cogiendo un tono ligeramente tostado. Es importante que no se nos pase el tiempo porque si no amargaría la mezcla. Dejar reposar 24 horas.

Al día siguiente: Vierte el azúcar en el vaso y pulverízalo programando 30 segundos velocidad progresiva 5-10. Retira del vaso y reserva. Poner en el vaso la manteca de cerdo del tiempo, la canela, el anís, 80gr del azúcar glas y la mezcla que hemos preparado con la harina y la almendra tostada frías, programa 30 segundos en velocidad 6. Es una masa que no hay que amasarla en exceso (es difícil, porque queda terrosa, pero poco a poco se va uniendo, formando una bola. Se envuelve

**INGREDIENTES para 30 unidades:**

600gr de harina de repostería
50gr de almendra cruda
280gr de azúcar glas para decorar
180gr de manteca de cerdo ibérica
Un chorrito de anís
1 cucharada de canela

en plástico transparente, y se mete al frigorífico entre 30 minutos a una hora. Sacar del frigorífico, quitarle el plástico, y con la palma de la mano ir aplastando un poco la masa, por los bordes se abre, pero luego se va arreglando. Dejarla de 1 cm. de grosor. Usar el tapón de la Thermomix a manera de cortapastas, u otros cortapastas que tengamos, e ir haciendo los polvorones. Cuando va sobrando masa, juntar de nuevo.. Dejar reposar los polvorones durante 12 horas... Precalentar el horno a 200°, (solo grill). Introducir 15 minutos, a una altura media-alta -cuando comiencen a agrietarse estarán listos. Retirarlos del horno, y cuando estén fríos, espolvorearlos con abundante azúcar glas y retirarlos cuidadosamente con una espátula a la fuente de presentación.

Éxito de la VII Feria del Marisco en Pescadería APARICIO

EN AGRADECIMIENTO A LA FIDELIDAD DE SUS CLIENTES, LA GALERÍA NUESTRA SEÑORA DE EL CARMEN, EN EL BARRIO DE LA ESTACIÓN, PUDO DISFRUTAR DEL MEJOR MARISCO

Un año más, y como siempre con muchas sorpresas, la pescadería Aparicio nos regaló un par de días de alegría (el pasado 28 y 29 de noviembre) con su Feria del Marisco.

Allí pudimos disfrutar del mejor marisco, pulpo, mejillones, anchoas y el sábado 29 de noviembre se deslomó en directo un atún rojo de más de 200 kilos, procedente de Cartagena. También se llevó un pez emperador de más de 150 kilogramos, que creó gran expectación entre los asistentes.

Pescadería Aparicio, lleva en Pozuelo desde 1972, en el mercado Nuestra Señora del Carmen, donde venden para consumo particular, realizan servicio a domicilio, y, además sirven a los principales restaurantes de Pozuelo y alrededores, por lo que su prestigio y calidad son reconocidos no sólo en la localidad.

Si estas Navidades quieres acertar con la mejor relación calidad precio... ¡Te recomendamos la Pescadería Aparicio! 🐟



Teléfono: 91 715 49 24
Galería Comercial Nuestra Señora del Carmen
Puestos 12 y 13
28224 Pozuelo de Alarcón
www.pescaderiaparicio.es

LÚPULO

Ha nacido una cervecería de moda y tendencia



Nace en Pozuelo una cervecería Heineken con el mejor ambiente, joven, distendido y siendo el único establecimiento personalizado de la zona noroeste de la marca.

Pocas bebidas son tan consumidas como la cerveza, pero no todas las cervecerías saben tirarla bien. **LÚPULO RESTOBAR**, nos ofrece el poder disfrutar del mejor ambiente saboreando una cerveza bien tirada por un personal formado y entrenado por Heineken.

Hablamos con Virginia López de Diego, gerente de Lúpulo y nos hace referencia a algunas de las propuestas, entre la gran variedad con la que cuentan y que este nuevo establecimiento nos ofrece:

- **HEALTHY MENU:** la mejor relación calidad-precio, con una gran variedad de ensaladas a elegir entre los ingredientes que más nos gusten más plato principal, comida sana asequible a cualquier bolsillo.

- **AFTER WORK:** todos los miércoles podremos disfrutar de un ambiente joven, dinámico, con invitación a un estupendo aperitivo y música dJ

- **FIESTAS PRIVADAS:** un exclusivo local donde poder organizar con amigos o familiares cualquier celebración que necesitemos, aconsejados por expertos, ya que llevan muchos años en este sector.

- **TARJETA JOVEN:** solo con ir allí podrás hacerte su tarjeta y poder disfrutar de los precios especiales para jóvenes y gente con espíritu joven.

- **LO ÚLTIMO DE HEINEKEN:** para los amantes de la cerveza, ya pueden decir que tienen su empañada, allí encontrarán lo último y más novedoso del mercado.

- **BRUNCH:** todos los domingos nos ofrecen un magnífico brunch que permanecerá abierto hasta las 18.00h.

Como dice Virginia, es una idea surgida de la necesidad de tener un local en Pozuelo para gente joven y de media edad, donde poder reunirse con amigos, tomar unas copas, comer de una manera asequible o disfrutar de una fiesta escuchando la mejor música 🎵



LÚPULO

Avenida de Europa, 23

TE INVITAMOS A DISFRUTAR DE UNA CERVEZA HEINEKEN BIEN FRÍA, BUENA COMIDA, MÚSICA... ¡Y LA MEJOR COMPAÑÍA!

**Jueves 11 - 12 - 2014
De 20.00 a 22.00 horas.**

TURRÓN DE CHOCOLATE CON KRISPIES, por Vicky Ortiz (Recetas para Thermomix)

"No quiero ver que nadie se queda sin turrónes. ¿Os digo un secreto?, me ha costado más preparar las recetas escritas y hacer las fotos que preparar 10 tabletas de turrón distintas. Si como lo oís, hacer 10 tabletas de turrón, teniendo en casa ya todos los ingredientes, me ha costado UNA HORA.

Es la primera vez que los hago y la verdad es que no me creía que fuera tan fácil. La tarde del Sábado la pasamos mi mami, una amiga y yo haciendo turrónes. Así que os propongo una tarde como la que yo pasé. La recompensa es muy dulce....."

**INGREDIENTES**

para 2 tabletas:

500gr de chocolate puro de pastres (el mío era Valor de cobertura)

100gr de manteca de cerdo ("El pozo" en Mercadona, donde está el embutido)

100gr de Krispies ó 100gr de avellanas ó 100gr de almendras

ELABORACIÓN:

1.- Poner en el vaso el chocolate y trocearlo programando, 30 segundos, velocidad 4.

2.- Añadir la manteca y mezclar, programando 4 minutos, 90º, velocidad 2.

3.- Sacar en un bol y mezclar con los Krispies...

4.- Preparar 2 moldes, de los de aluminio, tamaño pastilla de turrón y forrarlos con film.

5.- Poner la mitad de la mezcla en uno y la otra mitad en otro. Tapar bien con el film y apretar bien. Poner peso encima -un paquete de garbanzos, de arroz...-, durante un par de días (yo sólo lo tuve una noche) y listo. A comer.

SENTIDO'S, Amor al oficio

Nos abre sus puertas el mejor gastrobar de Pozuelo, donde podemos degustar una cocina de alta calidad, donde lo tradicional y lo creativo hacen su mejor mezcla y con un bajo coste, no pudiéndose pedir más de un mismo lugar.

Sus propietarios Marcos Arévalo y Beatriz Castillo, nos cuentan mejor qué les diferencia y qué nos ofrecen.

MARCOS Y BEATRIZ**¿CÓMO OS HABÉIS AVENTURADO?**

Nosotros venimos del sector de la hostelería, yo llevo muchos años siendo responsable de cocina de Urrechú y ella también trabajaba allí y teníamos ganas de poder ofrecer todos nuestros sabores por cuenta propia.

¿QUÉ OFRECÉIS?

Una gran variedad de comidas, siempre contando con lo tradicional pero con nuestro toque personal

SÉ QUE TODO LO HACÉIS RIQUEZIMO PERO ¿NUESTRA ESPECIALIDAD?

Bueno somos especialistas en el arroz y la patata. El arroz tanto en Rissoto como en paella y la patata la



trabajamos en todas sus formas, hasta en yogurt. En Sentidos podremos disfrutar de un amplio horario, ya que abren sus puertas para empezar sirviendo unos magníficos desayunos, pasando por los almuerzos y las cierran ofreciéndonos una de sus



especialidades en bebidas: Gin Tonic tras la cena, todo esto servido con la simpatía y amabilidad que todos esperamos cuando entramos por las puertas de Sentidos. Ω

Sentido's

Francia, 9 • Pozuelo de Alarcón • Reservas: 91 016 67 43 • mbsentidos@outlook.es

Varadero

— TABERNA MARINERA —



ESTAS NAVIDADES LLÉVATE EL MAR A CASA



Descubre la mejor forma de celebrar esta Navidad

Pregunta por nuestros menús para grupos

Reservas: 91 352 25 91

Tenemos Take Away

Gamba blanca de la costa cocida (200 gr).....9,90€
Langostino tigre cocido (200gr).....9,90€
Mejillones extra de las rías gallegas (500gr).....7,90€
Pulpo y cachelos con pimentón y aceite de oliva (300 gr).....7,90€

Ensaladilla de gambas de la costa (325 gr).....5,90€
Salpicón de marisco y pulpo (350 gr).....5,90€
Bonito en escabeche con pimientos (250 gr).....5,90€
Atún al ajillo (175 gr).....5,90€

VÍA DE LAS DOS CASTILLAS, 23 - POZUELO DE ALARCÓN

COMPOTA MONTALEGRE CON MOUSSE DE YOGOURT, por Marián Martínez Vallejo**INGREDIENTES COMPOTA:**

4 Orejones
4 Ciruelas
50 grs de pasas
6 dátiles
2 palos de canela, 4 anís estrellado
½ l de vino tinto
1 taza de azúcar

ELABORACIÓN:

Poner a cocer el vino con la canela, el anís, el azúcar; cuando rompa a hervir incorporar las frutas; dejar cocer lentamente y que se reduzca. Reservar en frío.

**INGREDIENTES MOUSSE DE YOGOURT:**

4 yogures naturales
2 hojas de gelatina
200 grs de nata para montar
100 grs de azúcar
Ralladura de limón

ELABORACIÓN:

Batir los yogures con el azúcar y añadir la ralladura de limón. Montar la nata y reservar. Hidratar las hojas de gelatina en agua fría, escurrir y calentarlas en el zumo de limón, dejar enfriar. Unir todo con cuidado y poner en molde de aro untado con mantequilla o cubierto con film transparente. Dejar que cuaje. Desmoldar y poner en el centro la compota.

MILHOJAS DE MEMBRILLO Y TORTA DEL CASAR, por Guillermo Cayado

INGREDIENTES para 6 personas.
200 grs. de Torta del Casar
250 grs. de membrillo en barra
1 cucharadita de miel
Canela en polvo

ELABORACIÓN:

La Torta del Casar tiene que estar fría para que su consistencia sea sólida y podamos trabajar con ellas.

Cortar el membrillo y la Torta del Casar en láminas. Poner una lámina de membrillo y encima una de Torta del Casar. Hacer 5 capas, empezando y terminando con una lámina de membrillo. Decorar con la miel y la canela y servir frío.

CAKE DE QUESO ROQUEFORT, UVAS PASAS Y PISTACHOS, por Marián Martínez Vallejo**INGREDIENTES:**

3 huevos
sal y pimienta
180 gr. de harina
1 sobre de levadura
100 ml de aceite de girasol
100 ml de leche
200 gr. de queso Roquefort
cortado en daditos
150 gr. de queso Gruyere rallado
100 gr. de uvas pasas
50 gr. de pistachos

ELABORACIÓN:

Batir las claras de huevo con la sal y la pimienta a punto de nieve. Agregar las yemas de huevo y la mitad de harina, continuando batir.

Incorporar con cuidado el aceite y la leche.

Por último, agregar otra mitad de harina mezclada con la levadura. Mezclar con cuidado la masa con los quesos Roquefort y Gruyere, las uvas pasas y los pistachos, y verterla en un molde engrasado con la mantequilla y enharinado.

Hornear a 180° C unos 45 minutos. 🍴

PATATA GALLEGA AL HORNO CON HUEVO POCHÉ Y PISTO, por Marcos Arévalo

INGREDIENTES
para 4 personas:
• ½ kg de patatas
• 80gr. de queso de cabra
• 1 cucharada sopera de aceite de oliva
• sal
• pisto manchego
• 4 huevos

ELABORACIÓN:

Hervir las patatas durante 18mn y escurrirlas, elaborar el puré con un poco de aceite de oliva, sal y el queso de cabra moviéndolo hasta conseguir una masa homogénea.

Rellenar 4 cilindros con el puré y dentro del mismo incorporar 1 huevo crudo por cada cilindro para cubrirlo justo después con un poco de puré, a ser posible que esté aún caliente.

Introducir en el horno durante 8mn, este debe estar precalentado.

Acompañar con pisto y decorar al gusto.

FETÉN

Tu bar español en Avenida de Europa 1

ALICIA Y JOSE, UN MATRIMONIO DE POZUELO CON MÁS DE 20 AÑOS DE EXPERIENCIA EN HOSTELERÍA, ABRIERON EL BAR FETÉN EN 2009. LOS BENEFICIOS DEL BAR SIEMPRE, DESDE SUS INICIOS, SE HAN REINVERTIDO PARA MEJORAR LA IMAGEN Y APOSTAR POR EL DEPORTE. UNA VEZ MÁS, ESTE AÑO NOS HAN SORPRENDIDO CON LA REDECORACIÓN DEL MISMO. EN MAYO CUMPLIRÁN SEIS AÑOS Y SI AÚN NO LES CONOCES, ESTE MES DE DICIEMBRE, INVITAN A UNA CERVEZA A LOS LECTORES DE POZUELO IN



Tienen fama de ser uno de los bares donde mejor se tiran las cañas en Pozuelo y no es para menos. Gente entre 20 y 40 años la mayoría, pero también de todas las edades, son el público de esta cafetería-cervecería, conocida sobre todo por su vinculación con el deporte. Si además de las cañas bien tiradas o el producto español, te gustan los botellines y tercios de Mahou Clásica "muy frios" este es tu sitio. También tienen Alhambra Especial para los que prefieren una cerveza con más cuerpo. Os recordamos además, que hacen barra libre de cerveza Mahou de grifo, los viernes desde las 18:00 hasta las 00:00 por sólo 10€.

PRODUCTO ESPAÑOL

Fetén es uno de los pocos bares de "estilo español" que hay en la Avenida de Europa. Fetén siempre ha buscado unos estándares de calidad altos (trabajando siempre marcas) pero con unos precios ajustados. En Fetén desde las 8 hay desayunos (zumos de naranja, tostadas con tomate o bollería), a cualquier hora límite. A mediodía o para

cenar, puedes comer con una excelente calidad precio. Algunos de sus platos que recomendamos son: Tortilla española (con y sin cebolla), oreja a la plancha, ensaladilla rusa, patatas bravas y ali-oli, bocadillos y montados variados, sandwiches, perritos y hamburguesas. Además de latas de primera calidad y a buen precio, berberechos, mejillones, navajas etc. No olvides además que sirven copas de marcas premium y alcohol A, por tan sólo 5 euros.

FETÉN Y EL DEPORTE

Fetén apuesta por el deporte desde sus inicios ya que Jose, el dueño, ha jugado al rugby en el equipo de Pozuelo. Lleva en el club desde 1986, es jugador, socio y patrocinador. Los deportistas patrocinados son la "Gente Fetén". El bar Fetén patrocina al Olímpico de Pozuelo y a los *Franziskaners* (el equipo de rugby de la Universidad Francisco de Vitoria). Fetén es tu bar perfecto para disfrutar del "tercer tiempo". El "tercer tiempo", nos explica Jose, es una tradición que tiene lugar después de los dos tiempos de juego de 40 minutos en el campo, cuando el equipo que juega en "casa" y como

buen anfitrión, invita al equipo rival en el bar, a comer y tomar unas cervezas. Para recuperarse del importante desgaste físico. Celebrar la victoria, pero también la derrota y a respetarnos por encima de todo.

YO SOY DE MAHOU

La marca de cerveza Mahou ha apostado desde su apertura, por Fetén y colaborado en redefinir toda la nueva imagen, por eso Jose quiere agradecerles de forma pública su apoyo. Gracias también a todos los amigos y clientes, gente fetén que viene fielmente desde que abrimos. ☺

FETÉN

Avenida de Europa 1
www.fetenbar@gmail.com

CUPÓN
VEN A CONOCERNOS
VALE POR 1 CAÑA
FETÉN
AVENIDA DE EUROPA 1



INFINIT
FITNESS

El nuevo concepto de gimnasio
que se adapta a ti

**OFERTA
ESPECIAL
PREAPERTURA**

Plazas limitadas
APERTURA 2015

El primer gimnasio
abierto 24 horas

CERCANO • CÓMODO • ASEQUIBLE

24 horas | 365 días

DESDE 1€ AL DÍA

Vía de las Dos Castillas, 9A
28223 Pozuelo de Alarcón • Madrid

Horario de atención comercial:

Lunes a Jueves: de 13:00h a 15:30h y de 18:00h a 21:00h

Viernes y Sábados: de 11:00h a 14:30h

608 202 515 / 91 599 12 34
pozueloeuropa@infinitefitness.es

www.infinitefitness.es

PRECOR Equipamiento de alta nivel (cardio y fuerza)

DEPORTES

MADRID HORSE WEEK, UNA FERIA MUY PROFESIONAL


LA SEGUNDA EDICIÓN DE ESTE EVENTO HA SIDO UN ÉXITO TANTO EN PÚBLICO COMO EN ORGANIZACIÓN



El pasado mes, las instalaciones de IFEMA acogieron una nueva edición de la Madrid Horse Week, un evento que reunió a los mejores profesionales del mundo del caballo y que acogió diversas pruebas del calendario mundial como la Copa del Mundo de Salto de Obstáculos. Muchas son las novedades que se vieron tanto a nivel deportivo como a nivel global del evento, convirtiéndose en un punto de encuentro entre profesionales, aficionados y público general para disfrutar del universo alrededor del caballo.

Este año, la principal novedad a nivel deportivo es la acogida por primera vez en la ciudad de Madrid de Longines World Cup™ Jumping, el circuito individual más prestigioso del mundo en la que competirán los mejores jinetes.

Además, el certamen incluyó distintas pruebas como el citado concurso de saltos, un Concurso de Doma Internacional (CDI) 3*, disciplina que verá por primera vez un concurso internacional de doma indoor en España; partidos de Horseball, en los que se enfrentará España contra Italia con dos equipos de cuatro jugadores cada uno para encestar una pelota en la canasta contraria; pruebas de volteo, en las que se verán acrobacias a caballo en esta disciplina ecuestre definida como "gimnasia a caballo"; y una prueba Interclubs: participarán los menores de 16 años de los clubes federados de Madrid en esta Copa organizada en colaboración del Ayuntamiento de Madrid, la Comunidad de Madrid y la Federación Hipica Madrileña.

Este evento se desarrolló en 16.000 metros cuadrados en los que hubo más de 80 stands de marcas de moda, accesorios o material hipico, una amplia zona de restauración y un Pony Park para niños. 



MAMIfit®

MARTA RIOJA 678 922 029
marta.rioja@mamifit.es

La revolución para las madres, la encontramos en MAMIfit, una empresa especializada en ejercicios pre y post parto, donde te dan la oportunidad de poder mantenerte en forma sin tener que dejar a tus hijos, salir de casa o estar en compañía de otras madres y compartir momentos tan importantes como la espera del bebé. Todo esto impartido por licenciadas en educación física, con gran experiencia e instructoras del método hipopresivo.

¿MARTA, A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTA NUEVA FORMA DE HACER EJERCICIO?

A embarazadas y madres con bebés y niños sin límite de edad.

¿QUÉ TIPO DE EJERCICIOS OFRECES?

Hay MAMIfit para embarazadas, MAMIfit para mamás con / sin bebés / hijos y MAMIfit sólo abdominales hipopresivos.

¿QUÉ SON LOS ABDOMINALES HIPOPRESIVOS?

Es un revolucionario método, donde conseguimos reducir cintura, recuperar el suelo pélvico después del parto, fortalecer la faja abdominal y combatir la incontinencia urinaria.

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE UN EJERCICIO MAMIfit?

Además de todo lo que se consigue a nivel físico como son la tonificación de glúteos, brazos y piernas, reducir cintura, mejorar la capacidad cardio-respiratoria, a nivel psíquico las mamás se sienten mejor anímicamente.

¿DÓNDE PODEMOS ENCONTRARTE PARA RECIBIR LAS CLASES?

Nos adaptamos a las necesidades de las mamás. Impartimos entrenamientos personales a domicilio. Tenemos cheques-regalo muy demandados por la pareja, familiares y amigos. También en urbanizaciones cuando son un grupo de mamás que



se quieren juntar para ponerse en forma de una manera divertida. El trato es personal y al ponerse en contacto conmigo buscamos la mejor opción.

¿CÓMO HACÉIS PARA QUE LAS MADRES PUEDAN IR CON SUS HIJOS?

Nos dimos cuenta que esta es una gran necesidad que tienen la mayoría de las madres, quieren hacer ejercicio y no pueden o no quieren dejar a sus pequeños. Nosotras los atendemos encantadas y en el caso de los grupos, mientras las mamás se ponen en forma, los niños se lo pasan genial. ☺

ALCANZA TUS OBJETIVOS CON LOS MEJORES PROFESIONALES y LA MAS AVANZADA TECNOLOGÍA*

Máxima calidad en dos modalidades de bono mensual

Sólo te conformas con lo mejor...

- Citas de mayor duración (45 minutos)
- + 5 minutos más de entrenamiento con EMS
- + Estiramientos asistidos
- + Posibilidad de combinado con sesiones de 45 minutos de entrenamiento funcional, mejora en rendimiento deportivo, Stretching, Pilates, RPG (recuperación postural), GHA (gimnasia hipopresiva abdominal), GAP (Glúteo, abdomen, pierna), etc.
- + Asesoramiento nutricional
- + Sala privada (bajo petición)
- + Estudio y seguimiento de composición corporal
- + Reserva preferente
- + Suplementación reconstituyente tras cada sesión

Y mucho mas!!!!

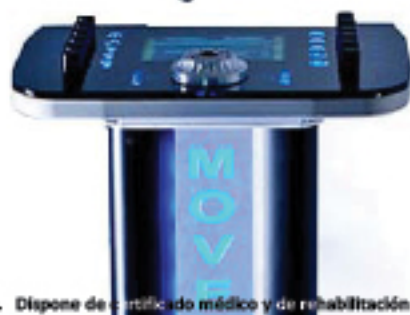
**BONO
MENSUAL
DELUXE**
149,99
€/mes

Andas con el tiempo justo...

**BONO
MENSUAL
EXPRESS**

99€/mes
(Incluye 4 sesiones
de EMS de 20 min.)

RAPIDO, ECONOMICO, EFICAZ



pozuelo

C/Atenas 2 (Plaza Urbis,
a 200 m. Iglesia Sta. Mª de Canáa)
Tel. 913 623 205/ 649 203 389
web: www.efitstudio-
pozuelo.es

* Consolas con precalentamiento de musculatura. Sensación agradable. Dispone de certificado médico y de rehabilitación

ÉXITO DE LA III GALA DEL DEPORTE

GARBAJOSA, JEMEZ, EL ATLÉTICO DE MADRID FUERON ALGUNOS DE LOS PREMIADOS EL PASADO MES POR REPRESENTAR UNOS VALORES A TRAVÉS DEL DEPORTE




Como cada año, el colegio Liceo Sorolla reúne a deportistas de altísimo nivel para mostrar lo importante que es ser una persona con valores. Cooperación, sacrificio, trabajo en equipo, esfuerzo son algunos de esos pilares en los que se basan estos premios. Fue el pasado mes cuando este centro educativo otorgó sus galardones tanto a los deportistas de élite como a los alumnos del colegio que también representan esos valores.

El jugador de baloncesto Jorge Garbajosa (Cooperación) habló de la necesidad de ayudar a los demás y de apoyar a quienes más lo necesitan. El entrenador

del Rayo Vallecano Paco Jemez (Sacrificio), después de protagonizar un gran gesto solidario con una mujer que iba a ser desahuciada, señaló que "todo lo que vale la pena en la vida, exige un gran sacrificio". Por su parte, la campeona del mundo de gimnasia rítmica Sandra Aguilar (Trabajo en Equipo), motivó a los jóvenes a trabajar juntos para llegar más lejos. Fue Enrique Cerezo, presidente del Atlético de Madrid, el que más expectativa levantó entre el público asistente. Fue el encargado de recoger el premio otorgado al equipo rojiblanco por representar Los Valores en el Deporte. Integridad, nobleza y trabajo en equipo son los pilares que destacó Cerezo para

destacar en el deporte.

El ciclista paralímpico y oro olímpico Alfonso Cabello (Superación) recordó a que, "si creen en ellos mismos, todo es posible". La saltadora de plataforma Elena Wagner (Perseverancia) habló de la pasión que hay que poner en todo lo que hacemos en la vida. Teresa Urbina, campeona de España de media distancia, (Humildad), destacó en sus palabras la responsabilidad que conlleva ser un deportista profesional y lo importante que es luchar por tu sueño. Por último, Ramón Arroyo, un deportista de alto nivel con Esclerosis Múltiple, (Esfuerzo), explicó cómo y de dónde sacar fuerzas necesarias cuando pensamos en tirar la toalla. 

LICEO SOROLLA
NATACIÓN

DEPORTE SOROLLA

grupos reducidos
DESDE LOS 2 AÑOS
91 715 57 36 - 17:30 a 20h

www.deportesorolla.com



HELLO KITTY

del 19 al 28 de diciembre

TALLERES, ACTIVIDADES, KITTY FASHION SHOW,
EXPOSICIÓN HELLO KITTY, REGALA ABRAZOS EN EL
PHOTOCALL VIP, CONCURSO Y SORTEO DE PREMIOS.

**POR
1ª Vez
EN ESPAÑA**



HORARIOS DE ACTIVIDADES:
De lunes a viernes de 17:00 a 20:30h.
Sábados de 12:00 a 14:00h.
y de 17:00 a 20:30h.
Domingos 12:00 a 14:00h.
y de 17:00 a 20:00h.
Día 24 horario de 12:00 a 14:00h.
Día 25 sin actividad

Sawio
LICENCE
©1976, 2014 SAWIO CO., LTD.

**CONOCE A KITTY Y HAZTE
UNA FOTO CON ELLA**

Sábado 20 de 12:00 a 14:00h.
y de 17:00 a 20:30h.

Zielo
SHOPPING POZUELO

Avenida de Europa 26B. Pozuelo de Alarcón. Madrid

    www.zielo.es



LA ALEGRÍA DE COMUNICARSE

DIEGO Y LUNA CORRETEAN DIVERTIDOS POR EL SALÓN DE LA CASA DURANTE UNOS INSTANTES, HASTA QUE LE HERMANA MAYOR CONVINCE AL PEQUEÑO A QUE JUEGUEN A LA OCA. TIRANDO LOS DADOS, MOVIENDO LAS FICHAS DE OCA A OCA, PASAN UN GRAN RATO ENTRE RISAS BAJO LA ATENTA MIRADA DE LA CÁMARA DE FOTOS. HAY UNO QUE GANA, PERO ESO DA IGUAL... TODO GRACIAS AL TRABAJO REALIZADO POR LOS PADRES JUNTO AL DOCTOR MANRIQUE (QUIEN LO DIAGNOSTICÓ), AL COLEGIO LOS ÁNGELES (DONDE ESTUDIA), A LA ASOCIACIÓN T-OIGO (CON QUIEN REALIZA LABORES DE INTERCAMBIO CON ESTUDIANTES BILINGÜES), A RVALFA (QUIENES LE HACEN EL SEGUIMIENTO DE SU EVOLUCIÓN), A LA FUNDACIÓN OÍR ES CLAVE...

Antes de nacer Diego, Mari Carmen se hizo el screening, una prueba de detección de posibles alteraciones del metabolismo en el bebé. En ella descubrieron que Diego venía con problemas en el oído. Después de nacer, Diego empezó con su pequeño periplo de pruebas, que no pasaba. No oía como el resto de los niños. Hoy, después de cinco años de pruebas, Mari Carmen y Javier, los padres de Luna y Diego, de siete y cinco años respectivamente, tienen una mirada en la que se descubre alegría. Satisfacción por haber conseguido, tras muchos años de esfuerzos, un diagnóstico fiable y casi definitivo del problema del pequeño de la casa.

PRUEBAS Y MÁS PRUEBAS

En la forma que te explican todos los diagnósticos que ha tenido ves los sentimientos que han acumulado. Neurólogos, otorrinos... han pasado por todos los especialistas posibles y cada uno con su diagnóstico... Unos decían que tenía sordera total, pero ellos sabían, por las reacciones de Diego, que oía.

Con esas pruebas iniciales, Diego era el candidato ideal para los implantes cocleares (es un transductor que transforma las señales acústicas en señales eléctricas que estimulan el nervio auditivo. Estas señales eléctricas son procesadas a través de las diferentes partes de que consta el implante coclear, las cuales se dividen en externas e internas), pero aún quedaban más pruebas, que no podía pasar porque era demasiado pequeño. Buscaron al mejor médico y se fueron a Pamplona a que el doctor Manrique fuera el que lo tratara.

Allí y en ese momento empezaron a plantearse un nuevo diagnóstico: que la pérdida de Diego fuera conductiva en lugar de neurosensorial. Lo que significa es que el problema está en el oído externo o medio que impide que el sonido se transmita adecuadamente. Aunque generalmente las pérdidas auditivas conductivas son de grado leve o moderado, oscilando entre los 25 y los 65 decibelios, la de Diego es severa profunda, con una pérdida que ronda el 80%. Este diagnóstico, que es el final, se lo acaban de dar en septiembre y, en principio, está descartado el implante. Buenas noticias.



EJEMPLO PARA LOS DEMÁS

Mientras Mari Carmen y Javier explican cómo han ido aprendiendo de nuevo a comunicarse, Diego no para de jugar con su hermana. Cualquiera que lo vea no se dará cuenta de que tiene el problema auditivo si no se fija en sus audífonos. Juega, le encanta la música, quiere que le lean los cuentos, su vida en el colegio es la misma que la de cualquier otro niño de su edad... y todo gracias a... "Al doctor Manrique, al colegio Los Ángeles, a la Asociación T-oigo, a RValfa, a la Fundación Oír es clave... Para nosotros es

importante hacer llegar a muchas familias cómo ha sido, es y será la vida de un niño con pérdida auditiva. Además de poder animar a padres en una situación parecida a la nuestra", asegura Mari Carmen.

Al final han tenido que ser los padres los que han tenido que aprender a comunicarse con su hijo, ya que estos niños tienen que aprender a escuchar, deben entrenar el oído. Diego empezó con los audífonos a los seis meses, tan solo dos después de ser diagnosticado. También comenzó con un logopeda, ya que necesitan recibir



muchos estímulos para que el oído no pierda el sentido de la audición. "Si no se entrena en sus primeros años, las soluciones son más complicadas", nos comenta Javier, que insiste en la necesidad de que haya una detección temprana. Ellos lo hicieron así con Diego. "En ningún momento utilizamos el lenguaje de signos, sino que educamos su oído. En el colegio, inicialmente, le hacían alguna que otra señal, pero de refuerzo", señala Javier.

Una de las cosas que han tenido que hacer es decidir la estrategia de comunicación que quieren seguir. Hay varias líneas: por el lenguaje de

signos, por el de palabra complementada, en la que hay una mezcla de la palabra con los signos, y la oral (auditiva-verbal), entre otras. "Decidimos esta última. La más difícil, pero la mejor. Si veíamos que no funcionaba íbamos disminuyendo", señala Mari Carmen. Pero el resultado es magnífico.

APRENDER A COMUNICARSE SIN BARRERAS

Lo que hacen es hablarle. Pero con estrategia. La comunicación se hace con la iteración de palabras nuevas que le van añadiendo a su vocabulario en distintas oraciones. Además, las correc-

ciones que se le hacen no son negativas, sino que le repiten la palabra que el niño pronuncia mal. "esto requiere un entrenamiento por parte de los padres. Nosotros también hemos ido a terapia con el logopeda para aprender a hablarle a Diego", señala Javier y añade su mujer que "le explicamos todo verbalmente. Hacemos un zumo y le explicamos el proceso. Tiene que ser auditiva, no visual".

Eso es lo que se ve en la casa. Diego se levanta porque parece que no quiere seguir con el juego de la oca y se acerca a su madre para pedirle en-

CONTINÚA EN LA PÁGINA 46

MADRID

BARCELONA
POZUELO

Centros
profesionales
en audición
Integral
de larga
trayectoria.

Adaptación de audífonos · Sistemas de FM para audífonos e I.C · Tratamiento del acúfeno · Hiperacusia
Estudios auditivos exhaustivos · Pruebas Potenciales corticales: miden la recepción del habla
a nivel cortical con y sin audífonos o Implantes Cocleares.

Oír bien es calidad de vida

Pequeñas soluciones para grandes momentos! Somos profesionales de la audición.

RV ALFA MADRID: C/ de Arturo Soria, 117 · 28043 Madrid
T. 91 413 88 12 www.rvalfa.com

RV ALFA POZUELO: Av. de Europa, 29 · 28023 Madrid
T. 91 752 71 12 www.rvalfa-pozuelo.com



VIENE DE LA PÁGINA 45

tre susurros un cuento. Luego lo deja y se sienta en la mesa para recuperar el protagonismo que sabe que tiene, pero ahora de forma presencial. Se ríe, vuelve a pedir otro cuento (que se lo lean), juega con una pelota, contesta a algunas preguntas... hace, en definitiva, lo que cualquier otro niño de su edad.

FACILITAR LA VIDA

Diego está en el programa *Allies in English* organizado por la Asociación T-oigo, una comunidad virtual (www.t-oigo.com) sin ánimo de lucro creada por Dale Sindell en 2006 para facilitar la vida a las personas con deficiencia auditiva. Sus usuarios son familias de niños recién diagnosticados, así como logopedas, educadores y asociaciones relacionadas con la sordera, que comparten información, con un enfoque especial al bilingüismo inglés-español. Los usuarios

comparten sus historias, conocen las últimas novedades del sector y están en contacto con otras personas en la misma situación.

ALIADOS AL INGLÉS

Niños sordos, usuarios de implantes cocleares y audífonos, que tienen entre 4 y 12 años, y que se comunican de forma oral, con el apoyo de voluntarios universitarios norteamericanos participan juntos en este programa gratuito para apoyar el aprendizaje del inglés. Se basa en la oportunidad de utilizar el segundo idioma en un contexto lúdico y familiar. Los universitarios norteamericanos visitan semanalmente a las familias y juegan en inglés con los niños en sus domicilios. Cantar, bailar, cocinar, jugar a juegos de mesa, al fútbol y al ordenador son algunas de las actividades que realizan y que le da la oportunidad de tener contacto con una persona nativa, en un ambiente tranquilo, como es su casa, donde la

acústica es idónea, y forma un intercambio cultural para toda la familia. "Todo ello gracias a un voluntario que les hace ver el inglés como algo más que una asignatura en el colegio", asegura Dale. A Diego le gusta mucho que Rachel, así se llama la chica que va a su casa dentro del programa, juegue con él y le hable en inglés, un idioma que le encanta. Incluso le pide a su padre que le hable en ese idioma.

UN SEGUIMIENTO EXHAUSTIVO


Una de las cosas que destacan los padres de Diego es el seguimiento que hay que hacerle al pequeño. Ellos acuden a Madrid, a RV ALFA, quienes han desarrollado un protocolo de evaluación audiológica infantil para aplicar en niños cuando existe la sospecha de una pérdida auditiva. El protocolo varía en función de la edad y maduración del niño.

Una vez finalizada la evaluación, se realiza la



selección de los audífonos y el ajuste y verificación atendiendo a los requerimientos y métodos prescriptivos infantiles que posibilitan el máximo desarrollo de las habilidades auditivas del niño.

Ahí es donde las familias juegan un papel determinante en este proceso. Instruyen y orientan a la familia para lograr la máxima colaboración y así poder obtener resultados a largo plazo en el desarrollo de habilidades lingüísticas y auditivas.

Un precio alto, con poca subvención. Otro de los aspectos que no se pueden olvidar con este asunto es el económico. "por supuesto que vamos a darle lo mejor a nuestro hijo. Eso está claro", matizan Javier y Mari Carmen. Pero hay que ahorrar, sobre todo cuando es tan pequeño. El coste medio de los audífonos supera los 3.300 euros, mientras que las subvenciones que reciben son de tan solo 1.500 euros cada cuatro años. Algo desproporcionado para conseguir la igualdad en el estado. 



REGÁLATE LOS SONIDOS DE LA NAVIDAD



Desde Caab Centro Auditivo Profesional le deseamos una FELIZ NAVIDAD y un PRÓSPERO 2014

- Estudios Auditivos
- Audífonos a medida
- Teléfonos fijos y móviles amplificados y fáciles de usar
- Auriculares especial para la televisión
- Ayudas técnicas (Despertadores, Timbres....)
- Tapones para el agua y el ruido
- Productos de mantenimiento y limpieza para audífonos

REVISIÓN AUDITIVA GRATUITA



PIDA SU CITA EN:

Caab Centro Auditivo Profesional

Ctra. Carabanchel, nº 9

28223 Pozuelo de Alarcón

Tfno. 91 715 81 03

mail: info@caab-centroauditivo.com

 Gratuito

www.caab-centroauditivo.com

SILVIA KAL: "ECHO DE MENOS IR A TOMAR ALGO A LAS TERRAZAS DE POZUELO"

POCO A POCO Y CON MUCHA DEDICACIÓN, SE HA CONVERTIDO EN UN ROSTRO BASTANTE CONOCIDO QUE NO DEJA DE TRABAJAR CON ARTISTAS Y DIRECTORES DE PRIMERA LÍNEA. ES SILVIA KAL, QUIEN UN DÍA DECIDIÓ MARCHARSE DE NUESTRA LOCALIDAD PARA ABRIRSE CAMINO EN LOS ESTADOS UNIDOS. LA HEMOS VISTO EN PELÍCULAS COMO EL LOBO DE WALL STREET Y PROTAGONIZANDO VIDEOCLIPS CON ESTRELLAS DEL PANORAMA MUSICAL INTERNACIONAL. Por M^a Teresa Hoering

A parte de ser chica FHM, desborda talento, personalidad y positividad. Tenemos la suerte de que haya sido vecina de Pozuelo y vuelva a casa por Navidad. En esta ocasión nos abre las puertas de algunos de sus secretos y confesiones para Pozuelo IN. Nos asegura que quería tener una pequeña experiencia para conocer su mundo en el extranjero, pero lleva casi un lustro codeándose con los principales actores y directores de Hollywood.

¿CÓMO DECIDISTE COGER LAS MALETAS, DEJAR POZUELO E IRTE A LOS ÁNGELES?

Quería vivir una nueva experiencia, creo que para todo el mundo sería importante pasar una temporada en otro país. Mi idea era irme por seis meses pero ya llevo más de cuatro años. Además, quería perfeccionar el inglés y siempre había tenido la actuación en mente.

¿CUÁL ES TU ACTRIZ FUENTE DE INSPIRACIÓN?

Las actrices que han llegado lejos gracias a su trabajo duro sin haber tenido ningún tipo de ayuda, y las que tienen el inglés como segundo idioma. Ellas me hacen ver que todo es posible si realmente se lucha por ello. Ejemplos serían Penélope Cruz, Sofia Vergara, Eva Longoria...

HAS TRABAJADO CON SCORSESE Y CLINT EASTWOOD, ¿CON QUIÉN TE GUSTARÍA TRABAJAR EN UN FUTURO?

Mi gran sueño sería Steven Spielberg, es una leyenda viva. También me encanta James Cameron.

¿Y DE LOS DIRECTORES ESPAÑOLES?

Hay muchos españoles con los que me encantaría trabajar. Por supuesto, Almodóvar; también Amenábar, o David Trueba, de quien vi su última película Vivir es fácil con los ojos cerrados, que es una absoluta obra de arte.

TU VIDA ACTUAL SE DESARROLLA EN LOS ÁNGELES ¿QUÉ ECHAS DE MENOS DE POZUELO?

¡Echo de menos ir a tomar algo a las terrazas de la avenida de Europa, el gimnasio Reebok e Hipercor! Jajajaja. Aquí tengo que ir a diez sitios diferentes a encontrar todas las cosas que quiero comprar, pero allí iba a Hipercor y encontraba absolutamente todo lo que necesitara. Lo digo riéndome pero ¡lo echo de menos de verdad!

HAS PROTAGONIZADO UN VIDEOCLIP CON EL RAPERO SNOOP DOG. ¿CAMBIARÍAS DE TERCIO Y TE ATREVERÍAS CON, POR EJEMPLO, JOSÉ MERCÉ?

¡Absolutamente! Me encanta José Mercé y ¡me encantaría hacer un videoclip con él!





¿CÓMO VAS A PASAR ESTAS NAVIDADES?
¿TE DEJARÁS VER POR POZUELO OTRA VEZ?

¡Claro! Siempre que puedo vuelvo a casa por Navidad. Me quedaré allí dos semanas. Ω

Defínete en tres palabras...

Positiva, leal y trabajadora

Cuando te levantas, lo primero que piensas es...

Dónde tengo que ir ahora, a qué sitios tengo que ir hoy y qué necesito llevarme.

¿Crees que la belleza te ha abierto más puertas o a veces puede ser un obstáculo?...

Creo que en general siempre abre puertas. Es verdad que a veces es un obstáculo pero si lo ponemos en una balanza, definitivamente abre más puertas.

Tu lugar favorito de Pozuelo...

La avenida de Europa

Un sueño aun por cumplir...

¿Solo uno? Me quedan tantos por cumplir... Siempre he tenido demasiados sueños... Necesitaría diez vidas para cumplirlos todos... Pero uno de ellos es seguir creciendo en mi carrera.



*Estudio personalizado acorde a su rostro.
*Productos de marca propia de alta calidad.
*Técnica pelo a pelo.
*Resisten al agua y vapor.
*Duración hasta 2 meses.
*Crea efecto Lifting.
*Pestañas con Swarovski

Antes y Después

"Un salón único y exclusivo para tu mirada"

LOVELY LASHES®
SALÓN ESPECIALIZADO EN EXTENSIONES DE PESTAÑAS

Te regalamos
10€
en extensiones de pestañas
descuento

916 38 37 00
Plaza Pizarro nº4
madrid@lovelylashes.es
www.lovelylashes.es
¡¡Síguenos en las redes sociales!!
@lovelylasheses @lovelylashes.es



De Cool

Gel
Estética
Manicura
Pedicura
Pestañas
Trat. faciales
Depilación
Maquillaje

10% dto.

C/ Peñalara, 1 Pozuelo
Tlf: 91 504 81 29
www.becoolnails.es

*Descuento aplicable a servicios presentando este cupón



¡¡ESTA NAVIDAD BRILLA COMO UNA ESTRELLA!!

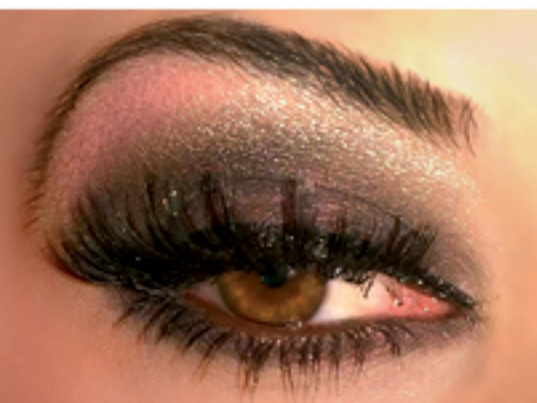
LA NAVIDAD ES UNA DE LAS FESTIVIDADES MÁS IMPORTANTES DEL AÑO Y SIEMPRE LLEGA CARGADA DE GRANDES SORPRESAS Y EMOCIONES. LA FAMILIA, EL HOGAR, LOS REGALOS... TIENEN UN PAPEL MUY IMPORTANTE PERO TAMBIÉN LA FORMA EN QUE VAYAMOS A LUCIR NUESTRO MAQUILLAJE DURANTE ESTAS FECHAS TAN ENTRAÑABLES

Por Zulema Gómez Alonso
Maquilladora profesional
Experta en Diseño y Depilación de Cejas
ALONZESERVICIOS

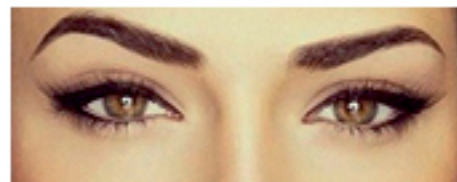
Este año llegan nuevas propuestas que ¡¡te harán brillar como una estrella!! Déjate llevar por la imaginación y haz de tu *wish list* tu imprescindible para dar un toque glamuroso a tu belleza.

La piel: Para estar impecable toda la noche, limpia cuidadosamente tu piel e hidrátala evitando aplicar bases aceitosas para prevenir la aparición de brillos. No olvides fijar el maquillaje de larga duración vaporizando una bruma de spray fijador o de agua termal sobre la piel al final de tu look *beauty*.

La mirada:



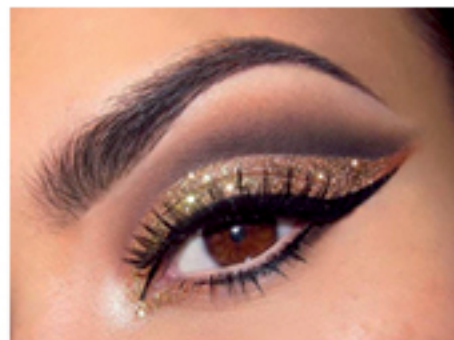
Creativa y Chic: aplica sombras negras combinadas con tonos irisados con nácares de color vino, ciruela, plata, azul, verde, bronce... para que tu mirada luzca llena de color.



Seductora y Felina: extiende un *liner* desde el lagrimal hasta el extremo del ojo de forma ascendente como de un ojo de gata se tratara. Este clásico in es totalmente infalible.



Dramática e Impactante: nuestro fiel *smokey eyes*. Utiliza tonos como el negro, el azul, el gris, el ciruela, el verde, el malva perla o metalizados y difuminalos hasta que pierdan intensidad dando un toque majestuoso a esa mirada que no pasará desapercibida.



Luxury y Sensual: el color ¡¡GOLD!! El color sobrenatural, el símbolo del dinero, la esencia del espíritu divino, la apertura espiritual y la fortaleza. Lánzate al mundo de la grandiosidad aplicando sombras doradas en tus ojos, pómulos, labios e incluso en tu cuerpo con aceites de reflejos irisados. Si quieres dar un toque más *cool*, dibuja una línea de *eyeliner* sobre tus ojos en oro purpurina o coloca destellos en la punta de tus pestañas superiores.

¡¡No olvides, definir muy cuidadosamente el diseño de tus cejas y dar volumen XXL a tus pestañas!! ¡¡Son el nuevo *beauty-trending-topic*!!

La boca: labios cargados de color. Grandes protagonistas durante estas fiestas navideñas. Tonos fucsia, marrón, borgoña... con toques metalizados y como protagonista, el rojo. Para dar un toque sensual, aplica tu labial con efecto "boca mordida". ¡¡Estarás irresistible!!

Las manos y los pies: esmaltes metalizados que iluminan manos y pies, desde lo más cálido, con el negro, rojo y dorado, hasta los colores más fríos de la paleta, como el blanco, el celeste, el lila y el rosa pastel. Demuestra tu personalidad y combinalos con tu vestuario.



El cabello: coletas extralargas, melenas ultra lisas, moños *superhigh*, recogidos informales, ondas folk y trenzas *all style*... Haz que tu cabello forme parte de tu esencia y aplícale un extra de luz con reflejos iridiscuentes.

El perfume: aceites, combinados de fragancias, perfumes de personalidad, fragancias de notas dulces y apetitosas, aromas cítricos, florales... un mundo lleno de sensaciones que despertarán tu alma. Si quieres que perdure toda la noche, aplica crema corporal perfumada de la misma línea. **Ω**

TU MEJOR VESTIMENTA

LOS DÍAS Y LAS NOCHES SON MÁS INTENSAS Y ESPECIALES QUE NUNCA DURANTE LAS FIESTAS NAVIDEÑAS. LAS INVITACIONES A UN BRUNCH, LUEGO A UN COCTEL Y A ÚLTIMA HORA, A UNA GRAN CENA NOS INDICAN QUE DEBEMOS ESTAR PERFECTAS PARA CADA OCASIÓN

Por José Manuel Gómez Alonso
CEO Alonsizeservicios

En un mes tan majestuoso como diciembre, y donde el brillo y la elegancia se respira en el ambiente, necesitamos asesorarnos con ideas de vestimentas que ayuden a potenciar nuestra anatomía y muestren nuestra esencia. Para ello, te voy a presentar varias opciones para que puedas adaptartelas a cada momento con combinaciones infalibles para que puedas convertirlas en tu *must* de la temporada.

En cenas de empresa, donde la elegancia y la sencillez son lo perfecto. Guarda los brillos y lentejuelas para la noche de fin de año. Un *Little Black Dress* es un acierto seguro. Además de ser un básico de temporada aporta sofisticación. Siempre puedes combinarlo con accesorios que den un aire moderno a tu *outfit*.

En cenas con amigos, las claves son lo original y lo divertido. Las faldas con una blusa estampada de seda o incluso unos jeans y



jersey joya con un par de tacones o sandalias también funcionan. El vestido de punto, será uno de los hits del invierno. Los accesorios y complementos se utilizan con frecuencia para mejorar un atuendo. Este año triunfan las botas XXL. ¡No las olvides!

En Nochebuena, uno de los momentos más emotivos de las fiestas, destaca por el glamour y la seducción. Para las cenas optaremos por un look algo más sofisticado, donde el negro puede hacer su aparición estelar. La combinación vestido y *stiletto*, suele ser el mejor aliado de una mujer a la hora de brillar. No olvides tu *clutch* y apuesta por estampados *print*.

Navidad y Año Nuevo, donde la naturalidad y la frescura nos envuelven. Las comidas de Navidad y Año Nuevo son por el día, por lo que no podemos recargar nuestro estilo. Podemos ir simples y perfectas. Una buena opción es la combinación de camisa, pantalones, zapatos y blazer. El protagonista será el abrigo extra largo. No olvides que los colores de tendencia de este otoño invierno son la gama de los rojos, verdes y azules.

Nochevieja, disfruta de un momento *luxury* y sofisticado. Los vestidos con *paillettes*, los monos de vestir y los tops con pedrería serán nuestros mejores aliados en estas fiestas. Vuelven las plumas y el cuero. Los vestidos con escotes pronunciados y aberturas, son los ganadores del terreno. Las pieles, tu *must* de este invierno. **W**



manos
de ángel

te cuidamos de lujo

- manicura
- pedicura
- tratamientos faciales
- depilación a la cera
- depilación al hilo
- tratamientos corporales
- caña de azúcar
- radiofrecuencia...

esmaltado permanente
+
tratamiento 20€

**CONSULTAR
OFERTAS
NAVIDEÑAS**

C.C. Monteclaro Local 55 Planta Baja
Ctra. Majadahonda km 2600
28223 Pozuelo de Alarcón
Tel. 91 715 04 59 / 615 857 269
manosdeangel55@gmail.com
www.manosdeangel.es

Horario de misas

Parroquia de la Anunciación de Nuestra Señora
Calle Clero, 11

Festivos, a las 10:00, 11:30, 13:00 y a las 20:00

Santuario de Nuestra Señora de Schoenstatt
Camino de Alarcón, 17

Festivos, a las 12:00 y a las 13:00

Parroquia de Santa María Magdalena
Avenida de la Iglesia, 16

Festivos, a las 11:00, 12:30

Parroquia de Santa María de Caná
Avenida de Europa, 6

Festivos, a las 10:00, 12:00, 13:30, 19:30 y 21:00

Parroquia de Nuestra Señora del Carmen
Calle San Antonio, 2

Festivos, a las 09:30,
11:30, 13:00 y 19:00

Parroquia de la Reina de los Ángeles
Avda de los Ángeles, 3
Festivos, a las 10:00,
11:30, 13:00 y 17:00

Parroquia de la Asunción de Nuestra Señora
Calle de la Iglesia, 10
Festivos, a las 09:00,
11:30, 13:00,
19:00

Bibliotecas

Biblioteca Miguel de Cervantes: 91 351 52 57
Plaza Mayor, 6 28223 Pozuelo de Alarcón

Biblioteca Rosalía de Castro: 91 799 01 89
Estación, 2 28224 Pozuelo de Alarcón

Biblioteca Voltorno: 91 512 33 89
Voltorno, 2 28223 Pozuelo de Alarcón

Farmacias de guardia

24 horas:

AV EUROPA, 7

(Esquina c/Dinamarca junto Wall Street) 91 351 41 40

AV EUROPA, 23 91 715 30 62

Servicio diurno (de 9:30 a 23:00h):

AV EUROPA, 2 (Esquina C/Universidad) 91 351 42 04

GUÍA DE POZUELO

De interés

Casa Consistorial Tfno.: 91 452 27 00

Recaudación Tfno.: 91 452 27 04 / 05

IBI e IAE Tfno.: 91 452 27 19

Bomberos Tfno.: 112 / 91 799 51 88

Policia Municipal Tfno.: 092

Centralita: 91 351 18 18

Comisaría de Policía Nacional Tfno.: 091

Centralita: 91 799 04 82

Centro de Salud Emisora Tfno.: 91 351 03 19 / 91 351 03 38

Centro de Salud Pozuelo - Somosaguas Tfno.: 91 512 25 55

Centro de Salud San Juan de la Cruz

Urgencias y avisos a domicilio: 91 352 13 46

Cita previa: 91 352 47 47 / 91 352 47 63

Cruz Roja Centro de Coordinación Ambulancias Tfno.: 91 522 22 22

Instituto Nacional de la Seguridad Social Tfno.: 91 352 69 76

Centro de Educación de Personas Adultas (C.E.P.A.) Tfno.: 91 351 22 67

Escuela Oficial de Idiomas (EOI) Tfno.: 91 715 23 17 / 91 715 23 50

Centro de Formación La Estación Tfno.: 91 352 96 65

Centro Municipal de Mayores Padre Vallet Tfno.: 91 352 38 74

Centro Municipal de Mayores Prados de Torrejón Tfno.: 91 352 31 05

Espacio Municipal de Mayores Voltorno Tfno.: 91 711 93 83

Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género

Tfno.: 91 398 40 00

Atención 24 horas: 016 (Emergencias Violencia de Género)

MIRA Teatro Tfno.: 91 762 83 00

Licencias de obras Tfno.: 91 452 27 14

Licencias de apertura Tfno.: 91 452 27 15

Punto Limpio Tfno.: 010 / 650 46 13 81

Cementerio Municipal del Santo Ángel de la Guarda Tfno.: 91 352 02 50

Registro de la Propiedad Tfno.: 91 352 39 45

I.N.E.M. Tfno.: 91 634 05 28

Correos y Telégrafos Tfno.: 91 715 81 66

RENFE Tfno.: 902 240 202

Tesorería General de la Seguridad Social Tfno.: 91 352 69 76

Metro Ligero Horario

De 6.05 de la mañana a 01:33 horas de la noche todos los días del año salvo los días 24 y 25 de diciembre y 1 de enero.

PROTEGETUALQUILER.ES

Consigue con este cupón
tus seis primeras cuotas GRATIS



91 277 67 99

C/Alberto Alcocer, 1
Escalera 2 - 3ª izqda.
28036 Madrid

Llámanos: 91 277 67 99



NAVIDAD EN POZUELO



Ayuntamiento de
POZUELO
DE ALARCÓN

Del 4 de diciembre al 5 de enero

● Encendido de la
iluminación navideña

● **Cabalgata** de Reyes

● **Belenes**

● **Espectáculos**
para toda la familia



Consulta la programación en www.pozuelodealarcon.org



Ayuntamiento de
POZUELO
DE ALARCÓN

MARTES 16

Gala de entrega de premios del certamen CREO Joven Pozuelo 2014

19:30 horas
Sala Educarte

Gala de Navidad de Gimnasia Artística

19:30 horas
C.A.R. "El Pradillo"

MIÉRCOLES 17

XXXVI Cross de Navidad

10:00 horas
Categorías participantes: desde prebenjamín a veteranos
Parque Forestal Somosaguas (Húmera)

Bola de Navidad

18:00 horas
Volcubó

La Hora del Cuento

18:00 horas
"Oro, incienso y mirra" por Héctor Urién
Bibl. Volturno

Gala de Navidad de Gimnasia Artística

19:30 horas C.A.R. "El Pradillo"
18:00 horas Valle de las Cañas

JUEVES 18

Concierto de Navidad

Alumnas y profesores de la EMMD
18:30 horas
MIRA Teatro / Entrada libre

Concurso escolar de felicitaciones navideñas y de belenes

18:30 horas
Entrega de premios / Sala La Capilla

VIERNES 19

Festival de Navidad de los Centros Municipales de Mayores

18:00
Sala Educarte
Orquesta de Pulso y Púa Entre Amigos
Coral Polifónica Entre Amigos
Recital Poético Musical a cargo de M^a Teresa Gallego Pérez y D. Enrique Abad Llorente
Entrada libre

Coral Kantorei

20:00 horas
Concierto de villancicos en la parroquia Nra. Sra. del Carmen

CONCURSO DE ESCAPARATISMO NAVIDEÑO

20:30 horas
Entrega de premios / Sala La Capilla de la Casa Consistorial

SÁBADO 20

La magia de Mag Lari
17:00 y 19:30 horas
Mira Teatro / 8€

Torneo de Navidad

de Tiro con Arco
10:00 horas
Polideportivo "El Torreón"

DOMINGO 21

Concierto de Navidad
Banda Sinfónica La Lira

19:00 horas
MIRA Teatro / 3€



"Cocina para todos: Minichief de Navidad"

16:30 horas
Personas con discapacidad de 15 a 26 años (Plazas de inclusión para personas sin discapacidad)
Espacio para el Ocio Pozuelo

Coral Ars Musikae

19:00 horas
Concierto especial de villancicos en la parroquia Asunción de Ntra. Sra.

**MARTES 23**

Karaoke navideño
18:00 horas
CUBO Espacio Joven

VIERNES 26

Cine navideño
"Love actually"
17:00 horas
CUBO Espacio Joven
Espectáculo familiar
Gala de Magia
17:00 y 19:30 horas
MIRA Teatro / 8€

SÁBADO 27

Magia de cerca
Alberto de Figueredo Las cartas sobre la mesa
17:00, 18:30 y 20:00 horas
MIRA Teatro / 6€

DOMINGO 28

Espectáculo familiar - musical
Alicia en el país de las maravillas
12:30 y 17:00 horas
MIRA Teatro / 6€

LUNES 5 enero

Gran Roscón de Reyes
12:00 horas
Plaza Mayor

Entrega de cartas a los RRMM

12:00 a 14:30 horas
Plaza Mayor

Gran Cabalgata de Reyes

Salida Vía de las Dos Castillas 18:00 horas
Llegada Plaza Mayor 21:00 horas

**ESTA NAVIDAD NO TE PUEDES PERDER...**

Gran exposición de belenes y dioramas

Casa Consistorial
Del 12 de diciembre al 5 de enero
De lunes a viernes de 9:00 a 20:30.
Sábados, domingos, 24 y 31 de diciembre de 11:00 a 14:00. Cerrado 25 de diciembre y 1 de enero

Belén tradicional

Asociación de Belenistas de Pozuelo de Alarcón
Espacio Cultural MIRA
Del 10 de diciembre al 13 de enero
De lunes a viernes de 10:00 a 21:00.
Sábados de 11:00 a 14:00. Domingos y festivos y 24 y 31 de diciembre cerrado.

Exposición

Del 16 de diciembre al 5 de enero
Memorias del circo
Espacio Cultural MIRA / De lunes a domingo, de 11:30 a 14:30 y de 17:00 a 20:30 (cerrado 24, 25, 31 y 1 y 6 de enero. Día 5 de enero solo por la mañana)

Exposición

Del 20 de diciembre al 17 de enero
Gaby. Un viaje a tu infancia
Centro Cultural Padre Vallet / De lunes a domingo, de 11:30 a 14:30 y de 17:00 a 20:30 (cerrado 24, 25, 31 y 1 y 6 de enero. Día 5 de enero solo por la mañana). A partir del 7 de enero el horario será de lunes a viernes de 17:00 a 20:00 y sábados de 11:00 a 14:00

ACTIVIDADES INFANTILES

Del 22 de diciembre al 4 de enero (excepto 24, 25 y 31 de diciembre y 1 de enero)

Pintacaras

creación de personajes
EC MIRA y EC Volturno // de 11:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30

Ludoteca / bebeteca

EC MIRA y EC Volturno // de 11:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30

Diveraulas de manualidades

EC MIRA y EC Volturno // de 11:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30

Diveraulas de juegos

EC MIRA y EC Volturno // de 11:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30

Escuela de circo

EC MIRA // de 12:00 a 14:30

Christmas fun weeks.

Winter games
Espacio de juegos en inglés
A cargo de Kids & Us
EC MIRA y EC Volturno // de 11:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30

CUENTACUENTOS

Cla. La Luna
C.C. Padre Vallet
12:00, 13:00, 17:30, 18:30 y 19:30 horas / Entrada libre hasta completar aforo. Retirada de invitaciones en conserjería a partir de las 11:30 para los pases de la mañana y a partir de las 17:00 para los pases de la tarde (Máximo 4 por persona)
Instalación — experiencia interactiva
El secreto de Nozaroc
A partir de 4 años
Espacio Cultural MIRA // de 12:00 a 14:00 y de 17:30 a 19:30
Inscripciones en la entrada de la instalación a partir de las 11:30 para los pases de la mañana y a partir de las 17:00 para los pases de la tarde

worten

CENTRO COMERCIAL EQUINOCCIO (Majadahonda)

worten.es

SÍGUENOS EN



ELECTRODOMÉSTICOS | ELECTRÓNICA | ENTRETENIMIENTO | INFORMÁTICA | TELEFONÍA